



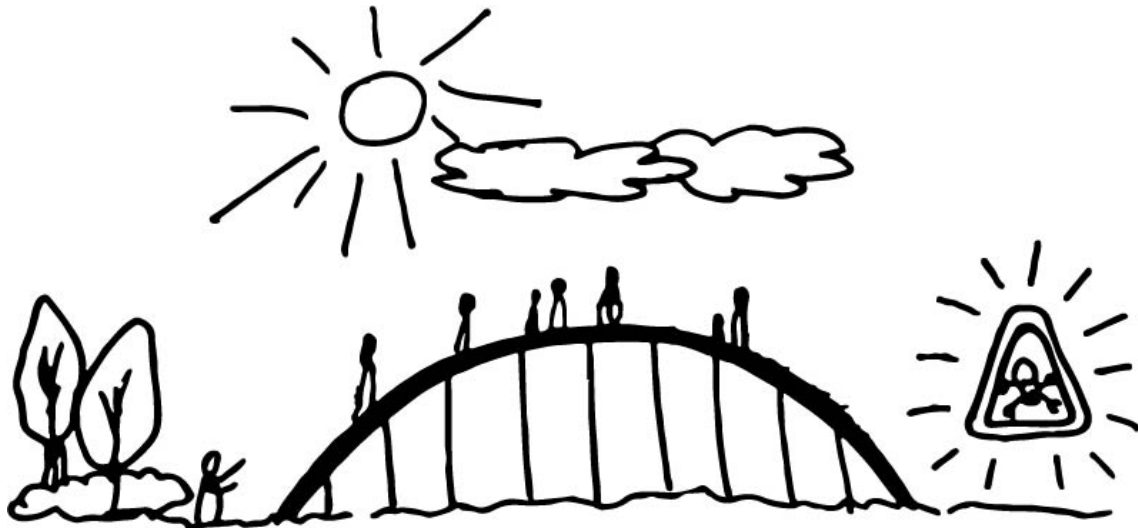
Sveriges lantbruksuniversitet
Swedish University of Agricultural Sciences

Fakulteten för naturresurser och
jordbruksvetenskap

BRON TILL DELAKTIGHET

- TILLGÄNGLIGA GRÖNA UTOMHUSMILJÖER FÖR PERSONER MED
AUTISMSPEKTRUMTILLSTÅND (AST)

TOVE JOHANSSON



Sveriges lantbruksuniversitet, fakulteten för naturresurser och jordbruksvetenskap

Institutionen för stad och land, avdelningen för landskapsarkitektur, Uppsala

Examensarbete vid landskapsarkitekturprogrammet, Ultuna

Kurs: EX0860, Självständigt arbete i landskapsarkitektur, A2E -

landskapsarkitekturprogrammet – Uppsala, 30 hp

Kursansvarig institution: institutionen för stad och land

Nivå: Avancerad A2E

© 2021 Tove Johansson, e-post: johansson.tove@outlook.com

Titel på svenska: Bron till delaktighet - tillgängliga gröna utomhusmiljöer för personer med autismspektrumtillstånd (AST)

Titel på engelska: Bridge for participation - accessible green outdoor spaces for people with autism spectrum disorder (ASD)

Handledare: Åsa Ahrlund, SLU, institutionen för stad och land

Examinator: Rolf Johansson, SLU, institutionen för stad och land

Biträdande examinator: Helena Espmark & Sofia Sandqvist, SLU, institutionen för stad och land

Omslagsbild: Skiss av bron till delaktighet, gjord av författaren

Upphovsrätt: Samtliga bilder/foton/illustrationer/kartor i examensarbetet publiceras med tillstånd från upphovsrättsinnehavaren. Där inget annat anges är de författarens egna.

Originalformat: A4

Nyckelord: landskapsarkitektur, tillgänglighet, delaktighet, autismspektrumtillstånd

Elektronisk publicering: <https://stud.epsilon.slu.se>

PUBLICERING OCH ARKIVERING

Godkända självständiga arbeten (examensarbeten) vid SLU publiceras elektroniskt. Som student äger du upphovsrätten till ditt arbete och behöver godkänna publiceringen. Om du kryssar i JA, så kommer fulltexten (pdf-filen) och metadata bli synliga och sökbara på internet. Om du kryssar i NEJ, kommer endast metadata och sammanfattning bli synliga och sökbara. Fulltexten kommer dock i samband med att dokumentet laddas upp arkiveras digitalt.

Om ni är fler än en person som skrivit arbetet så gäller krysset för alla författare, ni behöver alltså vara överens. Läs om SLU:s publiceringsavtal här: <https://www.slu.se/site/bibliotek/publicera-och-analysera/registrera-och-publicera/avtal-for-publicering/>.

☒ JA, jag/vi ger härmed min/vår tillåtelse till att föreliggande arbete publiceras enligt SLU:s avtal om överlåtelse av rätt att publicera verk.

☐ NEJ, jag/vi ger inte min/vår tillåtelse att publicera fulltexten av föreliggande arbete. Arbetet laddas dock upp för arkivering och metadata och sammanfattning blir synliga och sökbara.

TACK!

Åsa Ahrland, Universitetslektor vid Institutionen för stad och land;
Avdelningen för Landskapsarkitektur, SLU
- för vägledning, goda råd och stöd genom hela arbetet

Medverkande informanter
- för er tid och era perspektiv, utan er hade studien inte gått att genomföra

Personen i min närhet med AST
- för allt du har lärt mig

Jessica Svännel, Landskapsarkitekt LAR/MSA, SLU
- för feedback och värdefull information

Annika Brommesson, arkitekt SAR/MSA, Core Neuroarkitektur
- för inspirerande samtal och hejarop

Min familj
- för att ni ställt upp och läst mitt arbete

Sofia Hane, studiekamrat
- för alla samtal under arbetets gång

Alla medverkande på seminarier under kursens gång
- för värdefull feedback

Tove Johansson,

A stylized, handwritten signature in black ink, consisting of a large, flowing 'T' followed by a series of loops and a long horizontal stroke.

BRIDGE FOR PARTICIPATION

- ACCESSIBLE GREEN OUTDOOR SPACES FOR PEOPLE WITH AUTISM SPECTRUM DISORDER (ASD)

SUMMARY IN ENGLISH

“Accessibility” and “design for all” are notions which are mentioned in several courses on the landscape architectural programme. But what do these terms really stand for?

With this work, I wanted to highlight a group of citizens whom I have come to realise are often forgotten in the business of landscape architecture. This thesis wants to acknowledge people diagnosed with autism spectrum disorder (ASD) and proposes that their needs should be included in the concept of accessibility when designing green outdoor spaces.

During the course, “accessibility” in the physical sense appears to have been the primary focus, whereas consideration of neuropsychiatric functional variations has been limited. Our built environment must be designed in a way so that as many people as possible can participate in society on equal terms (Boverket 2019, Socialdepartementet 2008:12, 13). People with neuropsychiatric functional variations are, like everyone else, full-fledged citizens. This means that access to the physical environment must be on the same terms as for other citizens (Socialdepartementet 2008:15).

This thesis explores how landscape architects can contribute to this goal of creating public green spaces which can be accessed and appreciated by everyone in society.

THE AIM AND QUESTION

The aim of this thesis is to investigate what landscape architects need to consider when making green outdoor environments accessible to people with ASDs, based on the needs that these people may experience.

QUESTIONS

- What can be perceived as difficult for individuals with ASD in the build environment?
- How can landscape architects contribute to creating an accessible green environment for people with ASD?

It's important to mention that there will be a generalization within the diagnosis, and no person diagnosed with ASD been interviewed in this study.

THEORETICAL PERSPECTIVES AND METHODS

The thesis is mainly based on two theoretical perspectives: evolutionary psychology and environmental psychology. These perspectives serve as tools by which to understand and analyse the material.

The thesis uses a combination of three methods to present the final proposals. The methods that are used are a literature review, semi-structured interviews, and principal sketches of design aspects.

The literature review provides facts about what ASD and what information is already available on the thesis subject. Interviews are then used to evaluate the proposals generated by literature review and to investigate whether there are more aspects which should be considered. Design aspects are presented visually to increase understanding of how this knowledge can be used in practice by landscape architects.

PART ONE: LITERATURE REVIEW

The following aspects can, according to the literature review, be important for landscape architects to consider regarding making public green spaces accessible for people with ASD.

SENSORY ASPECTS

People with ASD may be hypersensitive to all types of sensory impressions. Small expressions of disturbing elements can mean that the environment is not perceived as safe, which can lead to stress for the individual. Visual impressions such as other people's presence, light and movement also can lead to stress. An environment which offers the possibility to retreat can be an important, positive feature for people with ASD. The environment can then provide an opportunity for people with ASD to process these emotional impressions and to thrive. Such areas can enable individuals with ASD to stay in a social context on their own terms. Studies on this subject also show that the size of parks and green spaces can be an important prerequisite. The size can, for example, contribute to the possibility of being able to withdraw without having to leave the environment.

Although people with ASD can be hypersensitive to sensory input research in this subject shows that designing for sensory stimulation can be appreciated. For example, it seems that using soft texture plants creates better conditions for interaction with the site and can in fact provide comfort. Some with ASD are very sensitive to stress, so elements of the design should have calming effects. For example, water elements should be floating, colours should be subtle and so on. Several studies have shown that green environments can promote people's physical and mental health (Kaplan 1995, Hartig et al. 2014, Hartig 2005). According to Grahn (2005) a peaceful green environment does create calm for the visitor, and according to this study that also include persons with ASD.

UNPREDICTABLE CHANGES

For people with ASD, unpredictable or sudden changes can be difficult to deal with. Examples of unpredictable changes which can cause particular stress are sudden noises, unexpectedly strong smells or the sudden crowding of an area. It is of course hard for landscape architects, within their profession, to foresee and mitigate for unpredictable or sudden changes. Nevertheless, this study shows that it is an important aspect to consider such possible changes of the environment.

ASPECTS OF THE PHYSICAL ENVIRONMENT

The creation of good conditions in an environment, such as removing noise and traffic, can contribute to people with ASD feeling more welcome in that environment. According to the literature, good conditions for orientation with the help of visual images or symbols can serve as a support for persons with ASD. Finally, studies show that the surface of walkways can also be of great importance to facilitate visits to public green spaces.

PART TWO: SEMI-STRUCTURED INTERVIEWS

Aspects that emerged during the literature review were presented to the informants. They were then asked if, from their experience, the presented material could be interpreted as correct and if they wanted to highlight other aspects.

SENSORY ASPECTS

The informants confirm that people with ASD may experience and react differently to sensory stimuli than others. They believe that it's the combination of sensory impressions that often is the key to the problem. Despite this, however, according to the informants it can in fact be beneficial to design for multiple sensory stimulation. If it's possible for people with ASD to interact with a specifically designed environment it may eventually become easier for them to cope with an overload of sensory impressions in other situations.

Landscape architects should always be mindful of the sensory impact of the environments they create and how intensely they are experienced.

UNPREDICTABLE CHANGES

The informants also emphasize that sudden and/or unpredictable events and changes can be complicated for people with ASD to handle. However, unpredictable events do not have to be negative in themselves. Indeed, the change itself may even be appreciated. The problem according to the informants is the rate at which change occurs, for example if something happens suddenly.

ASPECTS OF THE PHYSICAL ENVIRONMENT

The informants believe that removing disturbing noise, such as traffic sounds, should make the outdoor environment more welcoming. However, they also suggest that visual signs and instructions in green environments, instead of serving as support, could risk making the space confusing and consequently stop creativity.

PART THREE: DESIGN ASPECTS FOR PERSONS WITH ASD

The design aspects are presented visually in three sections. The first section describes what can be experienced as problematic in green outdoor environments for persons with ASD. The second section describes how general urban planning can contribute to accessibility for all, through "design for all". The third section describes design features that are important to consider when creating green outdoor environments for people with ASD.

KNOWLEDGE OF ASD

Surroundings may influence the possibility for people with ASD to participate in society on equal terms. For example, environments with a lot of other people can appear stressful. Changes in environment can be perceived as problematic, so it is important that the environment meet expectations. Sudden events can also create problems; thus, a predictable environment is preferred.



Figure 2: The environment does not meet expectations.

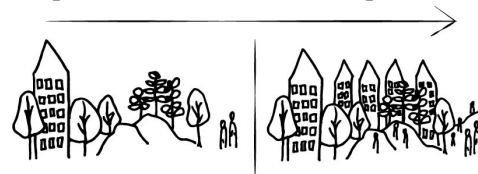


Figure 3: Changes in the environment.



Figure 4: Environment with many people can be experienced as stressful.



Figure 5: Sudden events can appear stressful.

ASPECTS OF GENERAL URBAN PLANNING

The first and main consideration of general planning is to include all people in the design process. Through good communication with residents, urban planners understand which aspects need to be considered. The second aspect this study has focused on is the need for many and large green areas. This makes it easier for persons with ASD be able to withdraw into the environment if the impressions become too many. Also, the distance to a suitable place decreases if there are more green spaces. This study also revealed the importance of having a purpose for visiting outdoor spaces.



Figure 6: Include all people in the design process.



Figure 7: Good access to park and green areas.



Figure 8: Short distance to park and green areas.



Figure 9: Size is an important aspect.



Figure 10: A purpose to go out.

ASPECTS OF DESIGN

As mentioned, unpredictable events and changes can be complicated for people with ASD to manage. Unpredictability in urban spaces is difficult to control but a design aspect landscape architects may in fact consider, however, is the use of elements with sudden changes.

An area designed which makes it possible to retreat can be an important feature for peoples with ASD. It can provide an opportunity to sort out sensory impressions and to take part in the social context on their own terms.

Walkways should be positioned logically to make an environment easier to understand. If water features are incorporated into the design, they should bring peace to the environment through floating elements. The same applies for vegetation, except that they create peace through soft contrasting colours which make interaction easier. Lastly, the landscape architect should think about the playgrounds he or she creates. All people can enjoy playing areas, and therefore equipment design should also be customized for an adult body.

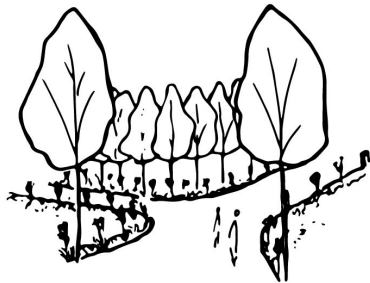


Figure 11: Good orientability.



Figure 12: Size is an important aspect.

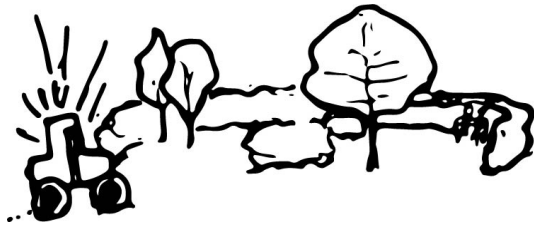


Figure 13: The unpredictability in urban spaces is difficult to control.

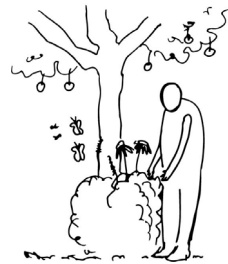


Figure 14: The vegetation should bring peace with soft contrasting colours and be possible to interact with.

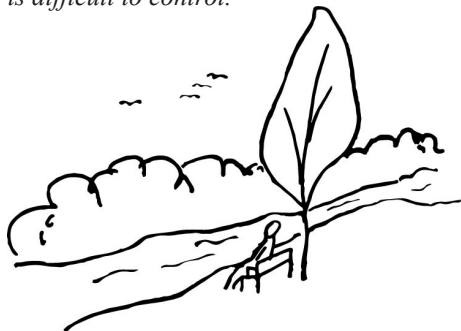


Figure 15: Water elements should bring peace to the environment by floating.



Figure 16: The equipment design should be customized for an adult body.



Figure 17: Good access to play equipment.

DISCUSSION

Two theoretical perspectives and the mentioned chosen methods have influenced the result of this study. No person with ASD participated in the study and a generalization of the diagnosis has been made. Therefore, it is important to see this study as an exploration of possible aspects, not as a final answer.

The discussion raises the point that creating green outdoor spaces which are accessible for people with ASD may not be vastly different from what others also appreciate. People with ASD can be more sensitive to sensory input than others. However, according to research about the human mind and physical health, a reduction in sensory stimuli can benefit everyone.

All the aspects presented may not directly be part of the work of landscape architects. Despite that, the study will argue that it is important that people who are designing green public spaces search for knowledge about accessible design for all citizens.

SAMMANFATTNING

Syftet med examensarbetet är att undersöka vad landskapsarkitekter behöver ta hänsyn till för att tillgängliggöra gröna utomhusmiljöer för personer med autismspektrumtillstånd (AST), utifrån de behov som dessa personer kan uppleva.

Flera kurser under landskapsarkitektutbildningen har uppmärksammat begreppen ”tillgänglighet” och ”gestaltning för alla”. Det primära fokuset har, enligt min uppfattning, riktats mot anpassningar för personer med nedsatt förmåga att fungera fysiskt, men begreppet tillgänglighet innefattar även nedsättning av andra orienteringsförmågor (Boverket 2019, Socialdepartementet 2008:26). Att begreppet ”tillgänglighet”, för landskapsarkitekter, huvudsakligen uppmärksammar personer med nedsatt förmåga att fungera fysiskt är inte förvånande. Utgångspunkten för vårt arbete är nämligen att ge förslag på tillägg och/ eller förändringar i den fysiska miljön. Det verkar vara ett kunskapsglapp om neuropsykiska funktionsvariationer och hur man som landskapsarkitekt kan anpassa miljöer för att underlätta tillgängligheten för personer med AST. Det är den frågan som är fokus i det här arbetet.

Sverige har, genom FN:s konvention om rättigheter för personer med funktionsnedsättning, åtagit sig att åstadkomma regler om funktionsnedsatta personers rätt till delaktighet och jämlikhet i samhällslivet (Socialdepartementet 2008:29–30). Den byggda miljön ska utformas på lika villkor för alla människor (Länsstyrelsen Stockholm 2020:12, Socialdepartementet 2008:12, 13). Genom gestaltning, planering och förvaltning påverkar landskapsarkitekter hur den byggda miljön ser ut och fungerar. Det innebär att vi har ett ansvar gentemot samhället i vårt arbete.

För att undersöka vad landskapsarkitekter behöver ta hänsyn till för att tillgängliggöra gröna utomhusmiljöer för personer med AST formulerades följande frågeställningar:

”Vad kan uppfattas svårt för personer med AST i den byggda miljön?”

och

”Hur kan landskapsarkitekter bidra till att skapa tillgängliga gröna utomhusmiljöer för personer med AST?”.

Undersökningen genomfördes med hjälp av en litteraturgenomgång och semistrukturerade intervjuer. Litteraturgenomgången bidrog med kunskap om AST och vilka aspekter som befintliga studier kommit fram till är viktiga vid planering och gestaltning av utomhusmiljöer för personer med AST. De semistrukturerade intervjuerna användes för att jämföra forskningsresultaten från litteraturgenomgången med den erfarenhetskunskap som informanterna har. På det sättet analyserades viktiga svårigheter fram och hur de kan adresseras.

Presentationen av resultatet genomfördes med inspiration av Christopher Fraylings (1993) förhållningssätt ”Research for art and design”. Resultatet presenteras med principskisser på vad som kan uppfattas svårt i den byggda miljön, samt hur landskapsarkitekter kan bidra till att skapa tillgängliga gröna miljöer för personer med AST. Bland annat lyftes att oförutsägbara händelser och förändringar kan vara svåra för personer med AST att hantera. Det är något som för landskapsarkitekter är svårt att påverka men trots allt en aspekt som är viktig att vara medveten om. En annan aspekt är att personer med AST kan vara överkänsliga mot vissa typer av sinnesstimuli och en utformning som gör det möjligt att dra sig undan kan vara viktigt för dessa personer. I diskussionen lyfts bland annat hur arbetets valda teoretiska perspektiv och metoder kan ha påverkat resultatet. Diskussionen lyfter även att tillgängliga gröna utomhusmiljöer anpassade för personer med AST, enligt examensarbetet, skulle kunna gynna alla människor.

- BLANKSIDA -

INNEHÅLL

INTRODUKTION	17
BAKGRUND	18
SYFTE OCH FRÅGESTÄLLNINGAR	19
SYFTE	19
FRÅGESTÄLLNINGAR	19
AVGRÄNSNING	19

TEORETISKA PERSPEKTIV & METODER	21
EVOLUTIONSPSYKOLOGI	22
MILJÖPSYKOLOGI	23
"ATTENTION RESTORATION THEORY"	23
GRAHNS ÅTTA PARKKARAKTÄRER	24
LITTERATURGENOMGÅNG	24
SEMI-STRUKTURERADE INTERVJUER	25
FÖRFARANDE	25
INFORMANTER	25
FRAMSTÄLLNING AV DESIGNASPEKTER	26

LITTERATURGENOMGÅNG	27
FN:S KONVENTION OM RÄTTIGHETER FÖR PERSONER MED FUNKTIONSNEDSÄTTNING	28
AUTISMSPEKTRUMTILLSTÅND (AST)	29
KRITERIER FÖR DIAGNOSTISERING	29
UTTRYCK OCH SYMTOM	30
UTVECKLING GENOM LIVET OCH SOCIAL INKLUDERING	30
ÖKAD BEFOLKNING I STÄDER OCH FÖRTÄTNING	30
GESTALTNING FÖR PERSONER MED AST	31
SENSORISK ÖVERBELASTNING	31
VISUELLA STÖD OCH INSTRUKTIONER	31
GESTALTNING AV GRÖNA MILJÖER	32
RUMSLIGHET OCH KONCEPTET "RUM-I-RUM"	32
ORIENTERING OCH FRAMKOMLIGHET	32
STORLEK	33
OFÖRUTSÄGBARA STÖRNINGAR & PLÖTSLIGA HÄNDELSER	33
VÄXTVAL	33
VATTENELEMENT	33
SLUTSATSER LITTERATURGENOMGÅNG	34

SEMISTRUKTURERADE INTERVJUER	35
SENSORISK ÖVERBELASTNING	36
<i>SKULLE GESTALTNING FÖR ALLA SINNEN UPPSKATTAS?</i>	38
VISUELLA STÖR OCH INSTRUKTIONER	39
<i>SKULLE SKYLTAR ELLER ANDRA VISUELLA INSTRUKTIONER KUNNA UNDERLÄTTA?</i>	39
OFFENTLIGA GRÖNOMRÅDEN	40
<i>VAD ÄR VIKTIGT ATT TÄNKA PÅ NÄR VI GESTALTAR GEMENSAMMA PLATSER?</i>	40
<i>ÄR STORLEKEN PÅ YTAN VIKTIG?</i>	41
<i>ANLAGDA LEKMILJÖER/ LEKPLATSER</i>	43
RUMSLIGHET	44
<i>VAD TÄNKER DU KRING KONCEPTET RUM-I-RUM?</i>	44
OFÖRUTSÄGBARA HANDLINGAR ELLER HÄNDELSER	45
STRESSFAKTORER	47
<i>VAD SER DU SOM STRESSFAKTORER I UTOMHUSMILJÖER?</i>	47
<i>VAD FÖR TYP AV MILJÖ HAR FUNGERAT BÄST I EN STRESSPERIOD? AKTIVITET?</i>	48
<i>VILKA MILJÖER BRUKAR NI KÖRA TILL?</i>	48
<i>AFFEKTSMITTA</i>	49
GRÖNA MILJÖER	49
<i>VARFÖR TROR DU ATT GRÖNA MILJÖER ÄR BRA? TROR DU ATT DET ÄVEN STÄMMER FÖR PERSONER MED AST?</i>	49
<i>UPPLEVER DU GRÖNA OMRÅDEN TRYGGA?</i>	50
SLUTSATSER INTERVJUER	51
DESIGNASPEKTER	53
VAD SOM KAN UPPFATTAS SVÅRT I DEN BYGGDA MILJÖN FÖR PERSONER MED AST	54
<i>ATT MILJÖN INTE MÖTER FÖRVÄNTNINGEN</i>	54
<i>FÖRÄNDRINGAR I MILJÖN</i>	54
<i>ÖVERBELASTNING AV SINNESINTRYCK</i>	55
<i>PLÖTSLIGA OCH OFÖRUTSÄGBARA HÄNDELSER</i>	55
ASPEKTER FÖR STADSPLANERING	56
<i>INKLUDERA ALLA</i>	56
<i>GOD TILLGÅNG TILL PARK- OCH GRÖNOMRÅDEN</i>	56
<i>NÄRHET TILL PARK- OCH GRÖNOMRÅDEN</i>	56
<i>STORLEKEN PÅ PARK- OCH GRÖNOMRÅDEN</i>	57
<i>AKTIVITET ELLER MÅLPUNKT - SYFTE ATT GÅ UT</i>	57

ASPEKTER FÖR GESTALTNING	58
ORIENTERBARHET	58
RUM-I-RUM	58
OFÖRUTSÄGBARA STÖRNINGAR	59
VÄXTVAL	59
VATTENELEMENT	60
UTFORMA LEKUTRUSTNING FÖR VUXENKROPPAR	60
GOD TILLGÅNG TILL LEKREDSKAP	60
<hr/>	
DISKUSSION & SLUTSATSER	63
DESIGNASPEKTER	64
DESIGNASPEKTERNAS TILLÄMPLIGHET	64
KONFLIKTER, AVVÄGNINGAR OCH PARALLELLER	65
VIDARE FORSKNING	66
TEORETISKA PERSPEKTIV & METODER	66
EVOLUTIONSPSYKOLOGI	66
MILJÖPSYKOLOGI	67
LITTERATURGENOMGÅNG	67
SEMISTRUKTURERADE INTERVJUER	68
FRAMSTÄLLNING AV DESIGNASPEKTER	69
<hr/>	
REFERENSER	71
<hr/>	
BILAGA 1 - UNDERLAG INTERVJUER	
<hr/>	

”Tillgänglighet är grundläggande för känslan av livsglädje och upplevelsen av skönhet. Det handlar om tillhörighet, delaktighet och frihet att välja. Att vara fri och höra till är en mänsklig rättighet!”

- Annika Brommesson, arkitekt SAR/MSA,
Core Neuroarkitektur, privat samtal
2020-12-08



INTRODUKTION

Tillgänglighet och ”gestaltning för alla” är begrepp som kommer upp i flera kurser under landskapsarkitekturutbildningen. Vad menas egentligen med begreppen? I mitt examensarbete vill jag lyfta fram en grupp som jag upplevt ofta glöms bort i arkitekturbranschen. Gruppen som arbetet fokuserar på är personer med autismspektrumtillstånd (AST).

Då det gäller tillgänglighet är min uppfattning att fokus primärt ligger på fysiska aspekter under utbildningen. Jag upplever att det verkar finnas ett kunskapsglapp om neuropsykiatriska funktionsvariationer inom arkitektkåren. Som blivande landskapsarkitekt ser jag en problematik i att branschen verkar sakna kunskap om vad begreppen ”tillgänglighet” och ”gestaltning för alla” står för. Det är dock en spännande utmaning som vi har framför oss.

Personer som diagnostiserats med AST beräknas vara mellan 1–2% av befolkningen (Atladdottir et al. 2015, American Psychiatric Association 2016). Examensarbetet inriktas på AST eftersom jag har en person i min närhet med diagnosen. I sällskap med denna person, har jag fått uppleva vilka svårigheter som kan uppkomma i offentliga miljöer, samt platser som upplevts svåra att besöka. Det har utvecklat ett intresse hos mig för vad landskapsarkitekter kan bidra med för personer med AST. Dessutom fick jag tidigt i processen reda på att det i dagsläget pågår ett forskningsprojekt, ”ParkLiv”, där bland annat Malmö stad samverkar med Sveriges lantbruksuniversitet. Målet med projektet är att utveckla principen om universell design/ utformning för att skapa en jämlik tillgänglighet, i samverkan med individer och grupper som upplever hinder mot att använda grönområden. Malmö stad har med sin medverkan i projektet valt att inrikta brukargruppen på personer med AST. Examensarbetet är fristående och ingår inte i projektet.

BAKGRUND

Vår byggda miljö ska utformas så att så många personer som möjligt kan delta i samhället på lika villkor (Boverket 2019, Socialdepartementet 2008:12, 13). Sverige har under lång tid haft standarder och normer som angett kravet på tillgänglighet vid utformning för såväl byggnader som offentliga platser. Tidigare handlade begreppet tillgänglighet om anpassningar för personer med nedsatt rörelseförmåga (Svensk byggnorm 1967), men begreppet tillgänglig har övergått till att innefatta alla personer med någon nedsatt förmåga, förutom fysiska funktionsvariationer, även nedsättning av andra orienteringsförmågor (Boverket 2019). Trots det ser vi att studier och insatser hittills främst fokuserat på fysisk tillgänglighet, och mindre på sensoriska, mentala och kognitiva tillstånd (de Sousa Silva et al. 2018, Kinnaer et al. 2016). Dessutom regleras inte heller den sociala tillgängligheten i offentliga miljöer och grönområden, i samma utsträckning som den tekniska utformningen av byggnadsverk (SFS 2010:900: kap 8).

Personer med neuropsykiatriska funktionsvariationer är, precis som alla andra, fullvärdiga samhällsmedborgare. Det betyder att tillgången till den fysiska miljön ska vara på samma villkor som för övriga medborgare (Socialdepartementet 2008:15). En medveten samhällsplanering kan bidra till en ökad jämlikhet både gällande fysiska och sociala aspekter. Gestaltning av den fysiska miljön kan bidra till goda förutsättningar för en god boendemiljö med att ge människor förutsättningar för en god boendemiljö samt tillgång till natur och grönområden i närområdet. De sociala aspekterna innefattar bland annat möjligheten att vara delaktig i samhällslivet, tillit, sammanhållning och integration (Folkhälsomyndigheten 2020).

Examensarbetet riktar sig i hög grad till landskapsarkitekter, men ämnet kan även vara relevant för andra som beslutar om eller arbetar med gestaltning av utomhusmiljöer.

SYFTE OCH FRÅGESTÄLLNINGAR

Examensarbetet vill synliggöra att personer med AST ska ha tillgång till den fysiska miljön på lika villkor som övriga samhällsmedborgare. För att det ska bli möjligt krävs det att landskapsarkitekter, och andra som beslutar eller arbetar med den fysiska miljön, dels förstår på vilket sätt deras arbete kan påverka en grupp samhällsmedborgare, dels skaffar sig kunskap om vad som kan behöva beaktas.

Medvetenheten kring neuropsykiatriska funktionsvariationer har enligt Atladottir et al.s (2016) studie ökat i allmänhet. Därför bör även en bransch som arbetar med platser där allmänheten äger tillträde utveckla sin kunskap. Genom att utreda vad som behöver beaktas vid skapandet av gröna utomhusmiljöer, för personer med AST, vill jag genom mitt examensarbete bidra till den utvecklingen.

SYFTE

Syftet är att undersöka vad landskapsarkitekter behöver ta hänsyn till för att tillgängliggöra gröna utomhusmiljöer för personer med AST, utifrån de behov som dessa personer **kan** uppleva.

FRÅGESTÄLLNINGAR

- Vad kan uppfattas svårt för personer med AST i den byggda miljön?
- Hur kan landskapsarkitekter bidra till att skapa tillgängliga gröna utomhusmiljöer för personer med AST?

AVGRÄNSNING

Jag har valt att fokusera på att undersöka hur aktörer inom byggd utomhusmiljö, såsom landskapsarkitekter, genom sin profession kan bidra till arbetet för lika villkor på platser där allmänheten äger tillträde. Eftersom jag upplevt att det primära fokuset under utbildningen har varit fysisk tillgänglighet, kommer arbetet att behandla begreppet tillgänglighet utifrån AST, som är en neuropsykiatrisk funktionsvariation. Examensarbetet inriktas på personer med AST som behöver omfattande stöd genom livet.

Examensarbetet fokuserar inte på en specifik åldersgrupp men inriktningen är på personer över 18 år. Majoriteten av befintliga studier relaterade till design, samt studier kring diagnosen AST utgår från barn (Gaudion et al. 2015, American Psychiatric Association 2016:31–35). Därför kommer examensarbetet inte specifikt utforska hur en utomhusmiljö för barn kan gestaltas, exempelvis skolgården eller lekplatsen. Flanders Cushing (2016) menar att samhällen som tillgodoser barn och ungas behov också kan ge positiva effekter för övriga åldersgrupper. Med det som utgångspunkt, samt avsaknad av studier inriktade på vuxna med AST, kommer litteratur och studier som inriktas på barn ändå användas.

Arbetet är inriktat på att undersöka hur landskapsarkitekter kan gestalta gröna utomhusmiljöer för personer med AST. Enligt flera studier har grönska, och gröna miljöer, visat sig kunna ge möjlighet till mental återhämtning, samt främja människors hälsa genom fysisk aktivitet (Kaplan 1995, Hartig et al. 2014, Hartig 2005). Gröna miljöer har även visat sig främja sociala interaktioner samt öka känslan av inkludering (Braubach et al. 2017, Grahn 2005).

Det är viktigt att påpeka att en generalisering inom diagnosen AST tillämpas i arbetet. Likaså att metodvalet i studien inte inkluderar att jag talar direkt med någon individ med diagnosen, utan utgår från litteratur och semistrukturerade intervjuer med informanter. Jag har inte tillräcklig kompetens för att kommunicera med personer med AST och vara säker på att jag korrekt kan uppfatta deras svårigheter och behov. Medverkande informanter har varit, eller är, i direkt kontakt med personer med diagnosen. Deras erfarenhetskunskap gör att de kan uppfatta svårigheter och behov hos personer med AST som jag inte kan. Användningen av informanter har dessutom fördelen att arbetet då kan inbegripa svårigheter och behov från flera individer.

Det är viktigt att ha i åtanke att slutsatserna i arbetet är av en generell karaktär. Förslagen ska **inte** tolkas som de enda lösningarna för alla situationer och individer, utan hur landskapsarkitekter, genom sin profession, **kan** bidra för att skapa tillgängliga gröna utomhusmiljöer för personer med AST.

EVOLUTIONSPSYKOLOGI

- SAVANNTHEORIN



LITTERATURGENOMGÅNG



SEMISTRUKTURERADE
INTERVJUER

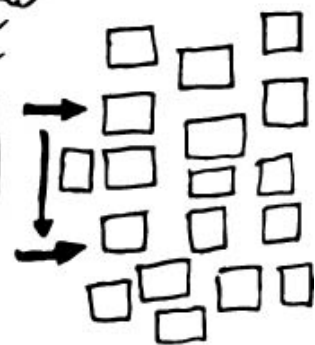


MILJÖPSYKOLOGI

- ATTENTION RESTORATION THEORY
- GRAHNS ÄTTA PARKKARAKTÄRER



DESIGNASPEKTER



TEORETISKA PERSPEKTIV & METODER

Examensarbetet utgår i huvudsak från två teoretiska perspektiv vilka används som analysverktyg. Den första är evolutionspsykologi, vilket är en gren av psykologin som fokuserar på evolutionens konsekvens gällande organismers beteende och känslor. Den andra är miljöpsykologi, som undersöker samspelet mellan människa och miljö. Inom miljöpsykologin kommer examensarbetet i huvudsak utgå från två teoretiska utgångspunkter, "Attention Restoration Theory" och Patrik Grahns åtta parkkaraktärer, eftersom deras forskning har kunnat kopplas till en stor del av litteraturen inom ämnet.

Metoderna som används är litteraturgenomgång, semistrukturerade intervjuer samt förhållningssättet "Research for art and design". Litteraturgenomgången bidrar med kunskap om AST och med befintlig kunskap inom examensarbetets ämnesrymd. Den sammanställda kunskapen från litteraturgenomgången jämförs med informanternas praktiska erfarenheter i intervjuer. Den komparativa studien utmynnar i ett antal slutsatser om hur landskapsarkitekter kan bidra till att skapa tillgängliga utomhusmiljöer för personer med AST. Centrala designaspekter visualiseras med hjälp av principskisser.

EVOLUTIONSPSYKOLOGI

Dagens människa härstammar enligt flera studier från Afrika (Orians & Heerwagen 1995, Domínguez-Rodrigo 2014, Scerri 2017) och forskare menar att människors behov idag är desamma som våra förfäders. Tiden människan levde i urbana miljöer är synnerligen kort vilket betyder att några påtagliga evolutionära förändringar inte tros ha skett (Orians & Heerwagen 1995). Om vi utgår från att sinnet som formades för att hantera dåtidens miljöer och förhållanden fortfarande finns hos dagens människa, finns det starka argument för att försöka förstå vilka miljöer som våra sinnen är anpassade till.

Individer som motiverades till att utforska och slå sig ner i miljöer med goda förutsättningar för överlevnad, bör ha påverkat det naturliga urvalet vilket i förlängningen påverkar vilka egenskaper dagens människa har (Orians & Heerwagen 1995). Det förekommer dock skilda meningar för vilken typ av miljö som människan utvecklades för att förhålla sig till. Vissa forskare anser att människan utvecklades i ett öppet landskap med enstaka träd medan andra menar att miljön bestod av tätare skogsvegetation (Domínguez-Rodrigo 2014). Gordon Orians och Judith Heerwagen (1995) anser att människan utvecklades till att anpassa sig till miljön på savannen. Enligt dem mötte savannen människans behov och förväntningar, eftersom savannen tillhandahöll vad vi behövde. Savannmiljön erbjöd människan bland annat tillgång till näringsrik mat och träd som skydd, både från sol och för att klättra upp i för att undvika rovdjur. Miljön på savannen gav människan god översikt över landskapet med lågt växande gräs och långa siktlinjer. Dessutom bidrog topografisk variation till goda förutsättningar för orientering i landskapet. Även Manuel Domínguez-Rodrigo (2014) menar att människan utvecklades till att anpassa sig till miljön på savannen men enligt honom innehöll savannmiljön en variation av öppna gräsmarker och trädbevuxna miljöer. Han anser också att anpassningen tros ha skett gradvis från täta trädbevuxna miljöer till öppna gräsmarker vilket medför att människan utvecklades till att anpassa sig i olika typer av miljöer, inte endast en. Eleanor Scerri (2017) lyfter även i sin studie att mänskliga evolutionära processer har skett i flera afrikanska regioner och då även i olika typer av miljöer. Milford Wolpoff et al. (2000) menar att evolutionära förändringar har skett genom en ständig uppdelning och förflyttning av olika grupper.

I vilket fall är forskare inom evolutionspsykologin överens om att vårt sinne har utvecklats för att hantera de förhållanden och miljöer som våra förfäder levde i under de två senaste miljonerna åren. Ur ett psykologiskt perspektiv finns det belägg för att människor uppskattar miljöer som innehåller

vatten, stora träd, topografiska skillnader och jämn marktäckning. Miljöer som erbjuder långa siktlinjer, fokuspunkter i landskapet, en varierad rumsfördelning mellan öppna och halvöppna rum uppskattas också av människor (Ulrich 1983, 1986 se Orians & Heerwagen 1995: 560). Dessa miljöer uppfattas lättare att förstå, vilket i förlängningen ger en trygghet hos människan (Orians & Heerwagen 1995).

MILJÖPSYKOLOGI

Kopplingar mellan gröna miljöer och hälsa har funnits länge, och vistelse i dessa typer av miljöer har länge använts som rehabiliteringsmetod (Grahm 2005). Benjamin Rush, läkare under 1800-talet hävdade att trädgårdsarbete är fördelaktigt för personer med depression eller mentala sjukdomar (Rush 1812 se Grahm 2005). Ett flertal studier visar att grönska och gröna miljöer främjar människors fysiska- och psykiska hälsa (Kaplan 1995, Hartig et al. 2014, Hartig 2005). Gröna miljöer har också visat sig främja social inkludering (Braubach et al. 2017, Grahm 2005).

"ATTENTION RESTORATION THEORY"

Stephen och Rachel Kaplan har inom miljöpsykologin utformat en teori om vilka sorters upplevelser och miljöer som kan leda till återhämtning från mental utmattning. Teorin kallas "Attention Restoration Theory" och beskriver fyra krav eller riktlinjer på vad en miljö ska erbjuda för att vara restorativ (mentalt återhämtande). Deras krav eller riktlinjer kan översättas enligt följande: "att komma bort", "omfattning", "fascination" samt "kompatibilitet" (Kaplan 1993, Kaplan 1995).

Att komma bort: innebär att komma bort från störande moment som kan leda till mental utmattning i vardagen. Det kan handla om vardagliga aktiviteter eller tankar. Förflyttningen kan både vara mental och fysisk. En plats där man kan vistas i en grön utomhusmiljö utan störande moment i form av exempelvis buller eller folkmassor kan vara en plats för människan att fly till och kan på så sätt främja mental återhämtning. I stadsbonds vardag kan gröna miljöer fungera som en plats där vardagen kopplas bort.

Omfattning: miljön ska upplevas sammanhängande och vara tillräckligt stor så att besökaren kan få både positiva visuella och fysiska intryck. En god förbindelsen mellan olika element eller föremål i miljön bidrar till att besökaren förstår miljön i sin helhet. Vetskapen att det finns mer än vad som syns vid första anblick ger ett löfte att det finns mer av världen utanför.

Fascination: är något som inte kräver någon ansträngning, utan uppkommer spontant när en företeelse väcker uppmärksamhet. I naturliga- och gröna miljöer förekommer många processer som fascinerar utan att kräva ansträngning. I sig själv leder inte fascination till mental återhämtning. Det sker i samverkan med övriga krav eller riktlinjer. Jag har valt att folka

Kompatibilitet: en miljö bör erbjuda vad besökaren förväntar sig. Naturliga miljöer kan ses som kompatibla, eftersom de i naturen i stora drag anses förutsägbara.

GRAHNS ÅTTA PARKKARAKTÄRER

Landskapsarkitekturprofessorn Patrik Grahn har specialiserat sig inom landskapsarkitekturens miljöpsykologi. Hans forskning har resulterat i flera teorier om naturmiljöers fördelar för människans välmående. Grahn menar att upplevelsen av gröna miljöer bör ta hänsyn till alla våra sinnen, både inom miljöpsykologin och landskapsarkitekturen. Utifrån sin forskning om människans behov av den fysiska och sociala miljön har han identifierat åtta upplevda karaktärer som möjliggör för rekreation och som kan gynna mental hälsa (Grahn 2005). Nedan följer karaktärerna med en kort beskrivning:

1. Rofyllighet. Miljön innehåller ljud av naturliga element såsom fåglar, insekter, vatten och vind. En rofylld plats upplevs lugn och störande moment kopplas bort.
2. Vildhet. Miljön signalerar en karaktär av att vara självsådd med sin växtlighet.
3. Artrikedom. Miljön innehåller en mångfald av djur- och växtarter.
4. Rymd. Miljön upplevs som "en annan värld" där besökaren kan komma bort från vardagen.
5. Vidd, allmänning. Miljön erbjuder utsikter och öppna ytor.
6. Refug, vilt. Miljön är omgärdad och erbjuder skydd. Platsen upplevs trygg och kan upplevas som ens egen.
7. Kultur. Miljöer som erbjuder fascination, exempelvis att platsen relaterar till historiska händelser.
8. Samvaro, möte. Miljön möjliggör för sociala kontakter.

LITTERATURGENOMGÅNG

En litteraturgenomgång gjordes utefter Alan Brymans (2011) metod. Bryman beskriver sin metod som ett verktyg för att gå igenom och identifiera *hur* och *om* källorna relaterar till problemformuleringen. Metoden innefattar att nyckelord skrivs ner för att kunna användas i ytterligare sökningar. De centrala tankegångarna som källorna tog upp analyserades utifrån källornas trovärdighet samt användbarhet för arbetet. Dessutom gjordes försök till att identifiera skillnader mellan källorna redan under insamlingen av litteraturen.

Utgångspunkten var att försöka förstå vilka aspekter som var angelägna att införskaffa kunskap kring för att besvara följande frågeställningar:

"Vad kan uppfattas svårt för personer med AST i den byggda miljön?

och

"Hur kan landskapsarkitekter bidra till att skapa tillgängliga gröna utomhusmiljöer för personer med AST?"

Litteraturgenomgången delades in i fem delar där den första delen undersökte vilka rättigheter personer med funktionsnedsättning har på offentliga platser i Sverige. Den andra delen gjordes för att få kunskap om AST, vilka kriterier som ska uppfyllas för diagnostisering och vilka uttryck diagnosen medför. Den tredje delen gick igenom litteratur för att undersöka konsekvenserna av en ökad befolkning. Den fjärde delen undersökte relationen mellan den byggda miljön och personer med AST. Cecchini et al.s studie "Mobility Policies and Extra-Small Projects for Improving Mobility of People with Autism Spectrum Disorder" (2018) användes som en nyckeltext i den delen. I artikeln beskrivs ett forskningsprojekt inom stadsplanering som syftar till att ge personer med AST möjligheter till att använda sin stad. Artikeln ansågs relevant eftersom jag i arbetet ville undersöka vad landskapsarkitekter kan bidra till för personer med AST i gröna utomhusmiljöer,

vilket också innefattar möjligheten att använda sin stad. Den femte och sista delen gick igenom kunskap om gestaltungsaspekter för personer med AST som behövdes för att genomföra studien. Materialet som använts är en kombination av vetenskapliga artiklar, myndighetsdokument, lagstiftning samt rapporter som ansetts vara relevanta för arbetets syfte och frågeställning.

De primära sökningarna gjordes i Primo och Google Scholar. Andra källor som hittats i lästa artiklar eller studentarbeten kan ha hämtats från andra databaser.

Sökord som har använts har varit: "autism", "autism disorder", "autism diagnostic", "autism spectrum disorder", "autistic adults", "evolutionary psychology", "savann", "environment", "environmental psychology", "miljö", "mental hälsa", "urban space", "greenery", "garden", "sensory", "outdoors", "outdoor spaces".

SEMISTRUKTURERADE INTERVJUER

Metoden användes för att fastställa värdet av kunskapen från litteraturgenomgången samt för att utveckla undersökningen med ny kunskap.

Kunskapen från litteraturgenomgången låg till grund för intervjuerna. De sammanställdes till en digital presentation (*Bilaga 1- Underlag intervjuer*) som innehöll en kort bakgrund till ämnet, examensarbetets teoretiska perspektiv samt kriterier och möjliga uttryck för diagnosen. Resultat från tidigare studier, relaterade till personer med AST och den fysiska miljön, presenterades i punktform. En sida innehöll tidigare resultat av hur en miljö kan gestaltas för att lugna personer med sensorisk överkänslighet. Avslutningsvis visades en sida med möjliga diskussionsfrågor. Presentationen skickades ut till informanterna en dag innan intervjun. Instruktionerna för intervjun var att reflektera fritt, men inom ramen för arbetets ämnesrymd.

FÖRFARANDE

Intervjuerna hölls på den digitala webbmötestjänsten zoom. Det utskickade materialet presenterades genom delad skärm. Instruktionerna för intervjun var att avbryta vid frågor eller reflektioner om personen önskade. Efter varje del gavs tid för att utveckla, samtycka eller säga emot. På presentationens sista sida efterfrågades informanternas åsikter, samt ifall det fanns några frågor kring det presenterade materialet. Intervjuerna med informanterna A och D hölls individuella. Informanterna B och C hade en gemensam intervju.

INFORMANTER

Intervjuerna utfördes med fyra personer. Personerna som intervjuades valdes på grund av deras erfarenhet genom arbete eller som anhörig till en person/ personer med diagnosen AST.

Informant A: Personen har arbetat som personlig assistent i åtta år och med två brukare med AST. Genom brukarnas assistansbolag fick personen utbildningar. Exempelvis inom lågaffektivt bemötande (modell för att hantera problemskapande beteende) och TEACCH-utbildning (Treatment and Education of Autistic and related Communication-handicapped Children) som är ett pedagogiskt förhållningssätt. Personen fick även, genom brukarnas assistansbolag, ta del av olika yrkesadekvata föreläsningar.

Personen har även arbetat på korttidsboende i ett och ett halvt år. Diagnoserna varierade, men informanten har arbetat med brukare med bland annat AST, Downs syndrom, utvecklingsstörning

(intellektuell funktionsnedsättning) och multihandikapp. Personen är utbildad till undersköterska med inriktning mot LSS.

Datum för intervju: 2020-11-16

Informant B: Personen är utbildad till förskollärare med examen 1984. Under hans första år hade personen ansvar för barnen som behövde extra stöd, exempelvis barn med hörselnedsättning eller ADHD. Mellan 1999–2002 arbetade personen som resurspedagog för lågstadielever med intellektuell funktionsnedsättning. År 2005 tog personen examen som specialpedagog och arbetade därefter på särskola för elever med AST med tilläggsdiagnoser som exempelvis intellektuell funktionsnedsättning, synnedsättning och epilepsi. Personen har sedan dess arbetat på grundsärskola, högstadium, lågstadium samt på gymnasieskola.

Diagnoserna som personen arbetat med är varierande. AST, intellektuell funktionsnedsättning, synnedsättning, rörelsehinder, Duchennes muskeldystrofi, ADHD och epilepsi är exempel på diagnoser som brukare har haft, vilka personen har arbetat med under sitt yrkesliv. Dessutom har informanten en son med diagnosen AST och intellektuell funktionsnedsättning.

Datum för intervju: 2020-11-16

Informant C: Förälder till en person med diagnosen AST och intellektuell funktionsnedsättning. Informanten är aktiv politiker som arbetar med bland annat LSS-frågan.

Datum för intervju: 2020-11-16

Informant D: Personen har arbetat som personlig assistent i sex år, med totalt fyra brukare. Alla brukare har varit diagnostiserade inom autismspektrumet, en av dem är även rullstolsburen. Personen har även en äldre bror med AST, och har bott med honom under hela sin uppväxt.

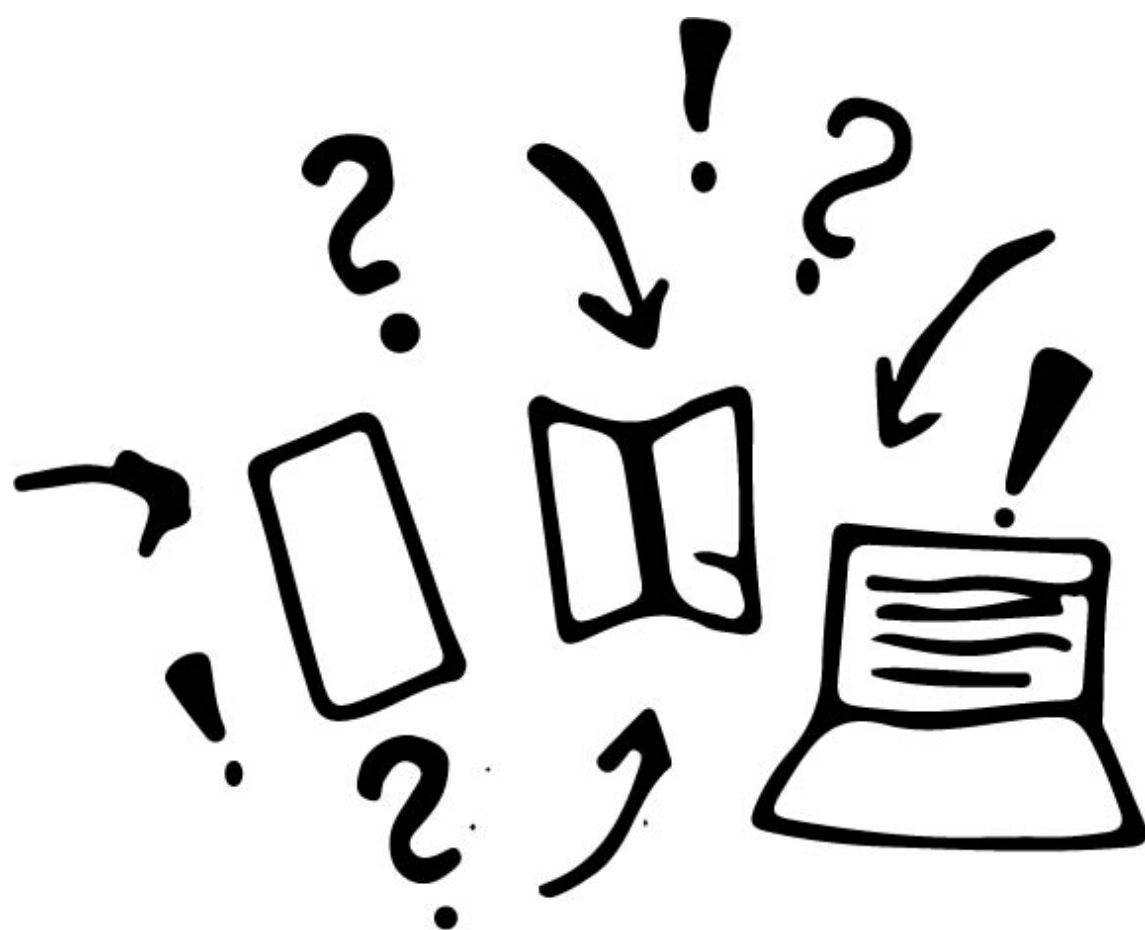
Datum för intervju: 2020-11-26

FRAMSTÄLLNING AV DESIGNASPEKTER

Metoden utfördes med inspiration av förhållningssättet som Christopher Frayling (1993) kallar för “Research for art and design” som handlar om att skaffa sig kunskap för att göra en god design. Förhållningssättet beskrivs av Frayling som forskning med en konstnärlig slutprodukt där kunskapen i första hand inte presenteras verbalt eller skriftligt utan kommuniseras istället visuellt. Det är tänkandet och analysen av den uppbyggda forskningen som uttrycks i slutprodukten.

Framställningen av designaspekterna gjordes med utgångspunkt i denna idé. Kunskapen byggdes upp genom litteraturgenomgången och intervjuer med personer med kunskap om vad AST kan innebära. Den komperativa studien identifierade utgångspunkterna för arbetets föreslagna designaspekter. Jag analyserade kunskapen utifrån landskapsarkitekturens perspektiv och visualiserade slutprodukten som principskisser. Till skillnad från Frayling presenterades designaspekterna med tillhörande skriftlig bildtext. Det gjordes för att stärka kommunikation och tolkning av designaspekternas innebörd och applicerbarhet.

Designaspekterna presenterades i tre delar. I den första delen beskrevs aspekter som kan uppfattas svårt för personer med AST i den byggda miljön och som kan vara viktiga för landskapsarkitekter att vara medvetna om. I del nummer två presenterades förslag på hur landskapsarkitekter inom stadsplanering kan bidra till att skapa tillgängliga gröna utomhusmiljöer för personer med AST. I den tredje delen presenterades aspekter som landskapsarkitekter kan bidra med vid gestaltning av gröna utomhusmiljöer.



LITTERATURGENOMGÅNG

Litteraturgenomgången undersöker vilka aspekter som enligt befintliga riktlinjer och forskning anses viktiga vid gestaltning av utomhusmiljöer för personer med AST. Dessutom presenteras diagnosen AST, kriterier för diagnostisering samt möjliga uttryck.

FN:S KONVENTION OM RÄTTIGHETER FÖR PERSONER MED FUNKTIONSNEDSÄTTNING

Den 14 januari 2009 trädde FN:s konvention om rättigheter för personer med funktionsnedsättning i kraft i Sverige (Utrikesdepartementet 2008). Konventionen har som uppgift att åstadkomma internationella regler om funktionsnedsatta personers rätt till delaktighet och jämlikhet i samhällslivet. En fortsättning på FN:s tidigare antagna standardregler från 1993 (Socialdepartementet 2008:15). Med konventionen erkänner staterna som undertecknat bland annat betydelsen av tillgång till den fysiska miljön för personer med funktionsvariationer. Funktionsnedsättningen kan vara fysisk, psykisk, intellektuell eller sensorisk men ska vara varaktig (Socialdepartementet 2008:188).

Konventionsstaterna ska vidta åtgärder för att personer med funktionsvariation, på samma villkor som andra, ska ha tillgång till den fysiska miljön (Socialdepartementet 2008:45). Miljöer ska i största möjliga mån utformas "universellt", det vill säga så att anpassningar eller andra specialutformningar inte behövs (Socialdepartementet 2008: 29–30). Förutom den offentliga miljön finns det också skrivet att staterna har ett ansvar att säkerställa anläggningar och serviceverksamheter där allmänheten äger tillträde. Personer med funktionsvariation ska ses som personer med lika villkor och rättigheter som övriga medborgare (Socialdepartementet 2008:15, 189). Något som är väsentligt att ha i åtanke för en landskapsarkitekt eller annan aktör som gestaltar fysiska miljöer.

Att Sverige har undertecknat konventionen betyder inte att några i sig nya rättigheter skapas, utan ska tydliggöra mänskliga rättigheter i relation till personer med funktionsvariation (Socialdepartementet 2019). FN:s konvention om rättigheter för personer med funktionsvariation har inte i sin helhet inkorporerats i svensk lagstiftning, vilket inte är ovanligt. De vanligaste sätten att införliva konventionsåtagande i svensk rätt är nämligen genom transformering och/eller genom konstaterande av normharmoni. Genom transformering ändras eller anpassas nationell lagstiftning så att den går i linje med konventionens åtagande. Konstaterande av normharmoni betyder att nationell lag redan överensstämmer med konventionen. Angående konventionen bedömdes inga lagstiftningsåtgärder behöva utföras. Istället användes transformering samt konstaterandet av normharmoni, eftersom svensk rätt ansågs överensstämma med konventionens bestämmelser. En genomgång av svensk lagstiftning samt hur övriga förhållanden förhöll sig till konventionen gjordes i samband med tillträddandet. Slutsatsen var att mycket arbete återstår för att Sverige ska uppfylla konventionens krav och åtagande, men att den ska ses som ett betydande måldokument i det funktionshinderspolitiska arbetet (Socialdepartementet 2019).

Sedan undertecknandet av konventionen har flera åtgärder vidtagits för att svensk rätt ska överensstämma med FN:s konvention om rättigheter för personer med funktionsnedsättning. Exempelvis gav 2017 Regeringen Boverket i uppdrag att ta fram en vägledning med syfte att ge kommunerna stöd i hur tillgänglighet, delaktighet och funktionshinderperspektiv kan implementeras i översiktsplanen. Diskrimineringslagen har även stärkts mot bristande tillgänglighet och regeringen har med propositionen "Politik för gestaltad livsmiljö" föreslagit ett nytt mål kring arkitektur, form och design, som antogs av riksdagen 24 maj 2018 (Socialdepartementet 2019).

AUTISMSPEKTRUMTILLSTÅND (AST)

AST är en neuropsykiatrisk funktionsvariation som påverkar hjärnans funktion inom områden för kommunikation och social interaktion (McDougale & Accordino 2016:94). Det påverkar individens sätt att tänka, vara och kommunicera med andra människor (American Psychiatric Association 2016:23).

AST är ett samlingsbegrepp som omfattar de tidigare diagnoserna autistiskt syndrom, Aspergers syndrom, desintegrativ störning hos barn och genomgripande störningar i utvecklingen utan närmare specifikation. Det har visat sig vara samma tillstånd men med olika nivåer av symtomens svårighetsgrad (American Psychiatric Association 2016: xi, 2). AST kännetecknas av 1) problem med social kommunikation och socialt samspel samt av 2) begränsade repetitiva beteenden, intressen och aktiviteter. Det är även efter dessa två kriterier som diagnostisering sker (American Psychiatric Association 2016:23).

KRITERIER FÖR DIAGNOSTISERING

Nedan presenteras kriterierna för diagnostisering samt med exempel på uttryck (American Psychiatric Association 2016:23–24).

A) Befintliga problem i flera sammanhang med social kommunikation och socialt samspel, för närvarande eller tidigare i livet. (Exemplen som redovisas nedan är illustrativa, det vill säga inte kriterier för diagnostisering.)

- o Individen kan ha svårt att initiera sociala möten, exempelvis konversera med en annan individ om intressen eller känslor.
- o Individen kan ha svårigheter med ögonkontakt eller förstå användningen av gester. En brist av kommunikation, ansiktsuttryck eller avvikande kroppsspråk kan även förekomma.
- o Individen kan ha svårt att anpassa sitt beteende till olika sociala sammanhang och förstå fiktiva spel. Problem med upprätthållande och förståelse av relationer och att få vänner.

B) Begränsade repetitiva beteenden, intressen och aktiviteter, där problemen måste vara beständiga. Minst två av följande måste individen visa uttryck för för närvarande eller tidigare i livet.

- o Enformiga eller upprepade motoriska rörelser, tal eller användning av föremål. Exempelvis kan en individ ställa upp objekt i rader eller motoriskt vända föremål. En individ kan även upprepa eller härma fraser från sin omgivning.
- o Svårigheter för förändringar och/ eller övergångar. Ha ett behov av rutiner, exempelvis att äta samma mat varje dag eller alltid promenera samma slinga.
- o Begränsade intressen.
- o Över- eller underkänslig för en viss eller vissa typer av sinnesstimuli. Kan vara allt från att individen reagerar starkt mot vissa specifika ljud, texturer eller visuellt fascinerar av ljus eller rörelse.

Det kan vara svårt att avgöra ifall vissa sociala krav uppfylls vid en tidig ålder. Individer kan även lära sig att maskera sina beteenden senare i livet. Därför bedöms kriterierna för diagnosen även om individen tidigare visat uttryck som gäller för diagnostisering. Dessutom förekommer det ofta att individen har andra typer av funktionsvariationer, vilket ytterligare kan försvåra diagnostiseringen (American Psychiatric Association 2016:23–24).

UTTRYCK OCH SYMTOM

Som tidigare nämnt är AST ett samlingsbegrepp för fyra tidigare skilda diagnoser, vilket bidrar till stora variationer i uttryck. Skillnader i uttryck kan även bero på ålder, kön, intellektuell och språklig nivå eller om individen har andra typer av funktionsnedsättningar (American Psychiatric Association 2016: xi, 1). Symtomen blir ofta synliga mellan 12 och 24 månaders ålder, men diagnostiseringen sker vanligtvis vid fyra års ålder. I de fall där symtomen är subtila, kan diagnostisering dröja tills individen blir äldre (McDouge & Accordino 2016:19).

Vissa individer ger endast uttryck för begränsade repetitiva beteenden, intressen eller aktiviteter i ett tidigt stadium i livet. Därför kan även diagnosen ges efter en omfattande undersökning av individens bakgrund (American Psychiatric Association 2016:22). Dessutom kan symtomen hos en person med AST förändras. Individen kan utveckla ett sätt att maskera sin svårighet eller att kompensera för den. Exempelvis är det vanligt att vuxna med AST har lärt sig att dämpa repetitivt beteende i offentliga sammanhang. Att kompensera eller dölja sina svårigheter och upprätthålla en socialt acceptabel fasad kräver ansträngning, vilket kan leda till stress hos individen (American Psychiatric Association 2016: 2, 28, 30).

UTVECKLING GENOM LIVET OCH SOCIAL INKLUDERING

Majoriteten av studier och publikationer avgränsar sig till att undersöka barn med AST, trots att en individ är vuxen under en längre period av sin livstid (American Psychiatric Association 2016:31–35). De studier som finns har däremot upptäckt att det finns en stor variation i hur individen utvecklas genom livet. Merparten av individerna som varit med i studier, som undersökt utvecklingen hos individerna över tid, har visat sig behöva omfattande stöd genom hela livet. Det finns de individer som har åstadkommit höga mål under livets senare skeden, något som däremot ses som ovanligt.

Vuxna med AST är ofta dåligt integrerade i samhället (American Psychiatric Association 2016:31–35). Resultatet av att inte ha några vänner, inget arbete, att individerna i många fall bor kvar hos sina föräldrar blir en social isolering och avsaknad av sociala relationer. Individer med AST får inte i samma utsträckning ett socialt sammanhang eller blir inbjudna till olika aktiviteter, vilket också kan göra det svårare att komma ut i samhället.

ÖKAD BEFOLKNING I STÄDER OCH FÖRTÄTNING

I dagens samhälle ser vi en kraftigt ökande befolkning samt att fler och fler bor i städer (Regeringskansliet 2017). År 2020 angav 212 svenska kommuner ett underskott av bostäder, trots att antalet nybyggda bostadshus har ökat kraftigt under senare år (Boverket 2020, Boverket 2016). En vanlig metod för att möta bostadsbristen är förtätning. Genom att bygga inåt tas inte värdefull natur- och jordbruksmark i anspråk av bostäder och bilberoendet minskar som en konsekvens av kortare avstånd. Förtätningssprojekt sker vanligtvis i hamnområden, på industrimark eller i parker. Bostäder prioriteras ofta högre än anläggning av nya grönområden (Haaland & van Den Bosch 2015), vilket skapar ett ännu högre tryck på stadens befintliga grönområden (Boverket 2016). Resultatet av förtätningen blir att fler människor ska dela på stadens offentliga ytor, vilket kan ge en ökning av störande moment såsom buller och trafik (Hartig 2005) samt en minskning av grönområden. Denna utveckling kan resultera i stressiga miljöer (Odum 2015), samt medföra mindre och färre gröna miljöer för mental återhämtning och rekreation. Förtätningens effekter kan alltså ha en negativ påverkan för personer med AST som både kan uppleva andra människors närvaro och bullriga miljöer som stressande (American Psychiatric Association 2016:23–24).

GESTALTNING FÖR PERSONER MED AST

Cecchini et al. (2018) identifierade i sin studie två huvudmål att utgå från vid gestaltning för personer med AST. Dels att arbeta efter en minskning av sensorisk överbelastning, dels att använda visuella stöd och instruktioner.

SENSORISK ÖVERBELASTNING

Personer med AST kan uppleva och reagera annorlunda på sinnesstimuli. En person kan vara över- eller underkänslig för olika sensoriska aspekter i miljön, exempelvis specifika ljud, texturer, ljus eller rörelser (American Psychiatric Association 2016:23, Gaudion et al. 2015, McDougle & Accordini 2016). Små uttryck av störande moment, kan göra att miljön inte uppfattas trygg och välkomnande samt leda till ökad stress hos individen (Cecchini et al. 2018, American Psychiatric Association 2016:23–24, McDougle & Accordini 2016:361–363).

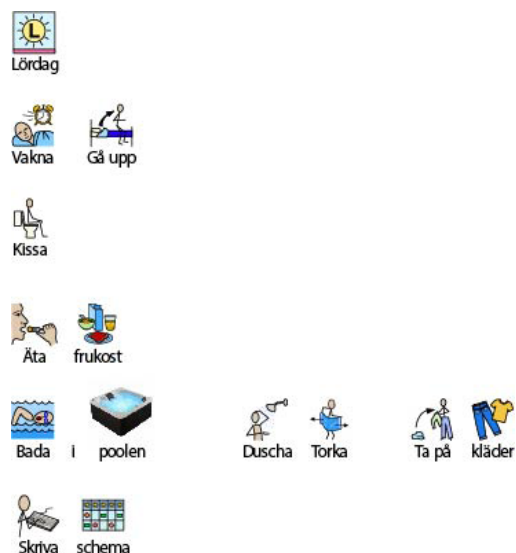
Förhållandet mellan personen och dess omgivande miljö kan därför bli problematisk. Att leva med en förändrad sensorisk uppfattning kan påverka det dagliga livet (Cecchini et al. 2018). Auditiva sinnesintryck i form av brusande bakgrundsljud, trafikbuller, en klocka som tickar eller andra personer som pratar i bakgrunden, kan göra att en person med AST blir överbelastad av intryck. Samma gäller visuella intryck som ljus, rörelse eller andra typer av sensoriska intryck (McDougle & Accordini 2016:361–363).

Trafik och buller identifierades enligt Cecchini et al.s (2018) studie som ett betydande hinder gällande om personer med AST vill gå ut. De menar att det krävs omfattande åtgärder, som minskad biltrafik och intensitet av buller, för att öka tillgängligheten i stadsmiljön.

VISUELLA STÖD OCH INSTRUKTIONER

Personer med AST kan vara i behov av stöd för att förstå sin omgivning (Cecchini et al. 2018). Det kan ske med hjälp av bilder och/eller symboler. Dessa bilder eller symboler kan representera objekt, men även handlingar. Skyltar med bilder kan användas för att underlätta orientering, vilket även kan bidra till att personen känner igen sig och därigenom upplever platsen som trygg. I stadssammanhang kan skyltsystem användas till exempel för att beskriva vad som förväntas av individen. Ett exempel är skyltar vid övergångsställen, som beskriver vad man förväntas göra på platsen och kan blir därmed bli ett hjälpmedel.

Det kan även finnas behov av stöd med hjälp av bilder eller foton vid kommunikation (Cecchini et al. 2018). Personer med AST kan tillsammans med sin vårdare använda sig av visuella och/eller skriftliga instruktioner. Instruktionerna kan exempelvis beskriva olika situationer, händelser som kan uppkomma i sociala sammanhang eller beskriva hur och i vilken ordning en aktivitet ska utföras.



Figur 1: Till höger visas ett exempel på ett schema med instruktioner på vad personen förväntas göra. Schemabild: Informant B. Datum: 2020-10-20

GESTALTNING AV GRÖNA MILJÖER

Enligt Green et. als. (2015) studie är mer än hälften av unga med AST sensoriskt överkänsliga. Överkänsligheten kan vara mot ljud, ljus, dofter i miljön eller närvaron av andra människor (McDougle & Accordino 2016:361–363, American Psychiatric Association 2016:23–24).

Fördelen med gröna miljöer är att de sällan innehåller störande moment, exempelvis i form av trafikbuller. Dessutom har gröna miljöer enligt fler studier visat sig ge möjlighet till mental återhämtning och minskad stress (Kaplan 1995, Hartig et al. 2014, Hartig 2005, Barakat et al. 2019). Nära kontakt med naturen har även många andra fördelar. Exempelvis gynnar det kreativitet, inlärning och koncentration (Barakat et al. 2019).

RUMSLIGHET OCH KONCEPTET "RUM-I-RUM"

Personer med AST, som även har svårigheter att sortera sinnesintryck, kan vara i behov av reträttplatser som ger möjlighet till paus och återhämtning (Boverket 2015). Genom att skapa en varierad rumsindelning i offentliga parker och grönområden kan behovet att komma undan tillfredställas. Det finns belägg för att om en yta disponeras med hälften öppna ytor och hälften planterade ytor, skapas ett lugn hos besökaren. Det ger möjlighet till att både få en överblick av miljön och att dra sig undan vid behov (Barakat et al. 2019).

Enligt evolutionspsykologin trivs människan i savannlika miljöer, eftersom det är den miljön våra hjärnor är utvecklade att leva i (Heerwagen & Orians 1995). Savannmiljön erbjöd människan en god uppsikt över landskapet, samtidigt som rum skapades av topografiska skillnader och vegetation. Grahn (2005) påpekar även betydelsen som utblickar har för att främja den mentala hälsan. Förutom utblickar så är en god rumslighet av stor betydelse. Avgränsningen är viktig för att dämpa sinnesintrycken från omgivningen (Barakat et al. 2019).

Kaplan och Kaplan (1993, 1995) beskriver i sin teori "Attention Restoration Theory" att en viktig egenskap miljön ska bidra med för att verka restaurativ är möjligheten "att komma bort". Genom att skapa mindre rum-i-rum, med exempelvis väggar av grönska, uppstår denna möjlighet i miljön "att komma bort" och få en paus från intryck i omgivningen (Boverket 2016: 88, 95, Barakat et al. 2019). Rummen kan även skapa skydd från vind, sol, värme eller kyla, något som en person med sensorisk överkänslighet kan vara i behov av. Rummen får med fördel avgränsas med grönska, men den upplevda tryggheten är viktig för att funktionen som reträttplats ska fungera (Boverket 2016:88, 95).

ORIENTERING OCH FRAMKOMLIGHET

Gångvägar i en park har en viktig funktion, både för fysisk framkomlighet och för hur läsbar miljön upplevs (Boverket 2016: 88, 95, Barakat et al. 2016). En gestaltning med logiska entréer, logiska flytande gångvägar gör miljön lättare att förstå, som i förlängningen gör att den upplevs tryggare.

Underlaget utgör en viktig aspekt för att skapa en fysiskt tillgänglig plats. Helt eller ojämnt underlag kan göra att platsen upplevs svår att besöka för människor med nedsatt syn eller rörelseförmåga (Boverket 2016: 88, 95, Barakat et al. 2016). Materialet får enligt Barakat et al.s studie (2019) gärna vara av finkornig struktur.

Genom att använda repetitiva element, exempelvis i form av växtlighet längs gångvägar skapas dels en tredimensionell läsbarhet av gångvägen, dels en förutsatt kontinuitet som bidrar till att

miljön kan upplevas lättare att förstå. Även kontinuiteten i växtbäddar kan ha samma funktion för personer med AST och sensorisk överkänslighet (Barakat et al. 2019). Genom att skapa en kontinuitet av elementen i en miljö som är förutsägbara, kan besökaren tidigt under besöket få en förståelse för miljön.

STORLEK

Personer med AST föredrar ofta att leka eller göra en aktivitet ensamma (American Psychiatric Association 2016:23–24). Det måste inte betyda att de inte vill vara en del av en social situation, utan att de helt enkelt föredrar att utföra sin egen aktivitet parallellt med andra (American Psychiatric Association 2016:23–24). Storleken på miljön bör därför vara tillräcklig för att ge möjlighet att kunna dra sig undan, utan att behöva lämna platsen (Barakat et al. 2019). Även Kaplan och Kaplan (1993, 1995) tar i sin teori upp betydelsen av platsens “omfattning”. De menar att platsen behöver vara tillräckligt stor för att besökaren ska få både visuella och fysiska intryck för att bidra till mental återhämtning. Med detta sagt kan alltså storleken på en park eller ett grönområde vara av stor betydelse för personer med AST.

OFÖRUTSÄGBARA STÖRNINGAR & PLÖTSLIGA HÄNDELSER

Personer med AST kan vara känsliga för oförutsägbara störningar och plötsliga händelser (Cecchini et al. 2018, American Psychiatric Association 2016:23–24, McDougale & Accordino 2016:361–363). Skötsel av parker är ett exempel på vad som kan uppfattas som en oförutsägbar störning. Ifall besökaren exempelvis inte hinner uppfatta att en gräsklippare kommer, kan det resultera i att personen upplever miljön som otrygg (Barakat et al 2019). Detsamma kan gälla alla typer av plötsliga förändringar i miljön en befinner sig i (McDougale & Accordino 2016:361–363). Enligt Barakat et al.s (2019) studie är det viktigt att försöka skapa miljöer som i största mån är fria från oförutsägbara störningar.

VÄXTVAL

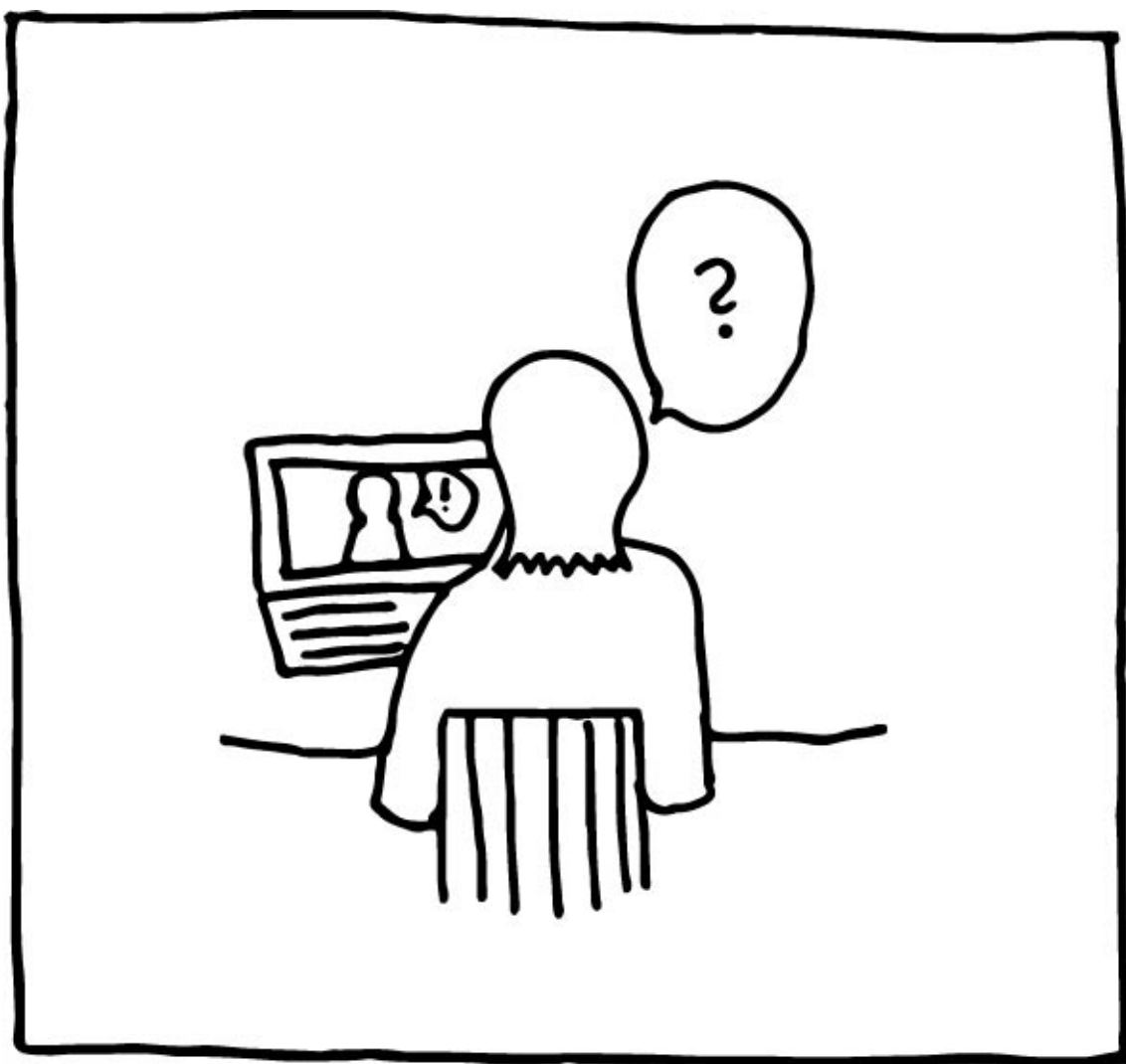
Enligt Barakat et al.s (2019) studier kan växtvalen bidra till att miljön uppfattas lugnande för personer med AST. De menar att växter som har en mjuk textur kan göra att besökaren kan interagera med fler sinnen än bara synen. Växter som drar till sig fjärilar, bin och fåglar kan skapa ett lugn, för att det visar att platsen är levande. Färgen på växterna ska enligt deras studie vara lugna, exempelvis färgpaletter med låg kontrast, för bästa effekt. Även Patrik Grahn (2005) menar att en mångfald av djur- och växtarter kan gynna mental hälsa och återhämtning. Grahn nämner även att växter som gynnar fåglar och bin kan bidra till att miljön upplevs rofylld.

VATTNELEMENT

Närvaron av vatten kan gynna mental hälsa och återhämtning (Grahn 2005). För personer med AST och sensorisk överkänslighet kan det vara viktigt att vattnet inger ett lugn (Barakat et al. 2019). Vattnelement som “flyter fram” föredras framför exempelvis fontäner, där intrycken kan blir för starka.

SLUTSATSER LITTERATURGENOMGÅNG

- o AST är ett samlingsbegrepp för fyra tidigare skilda diagnoser, vilket bidrar till stora variationer i uttryck.
- o AST är en neuropsykiatrisk funktionsvariation som påverkar hjärnans funktion inom områden för kommunikation och social interaktion. AST påverkar individens sätt att tänka, vara och kommunicera med andra människor.
- o Vuxna med AST är ofta dåligt integrerade i samhället.
- o Personer med AST kan uppleva förändringar och/ eller övergångar som svåra och har ofta ett behov av rutiner.
- o Personer med AST kan vara känsliga för oförutsägbara- och plötsliga händelser. Exempelvis kan en gräsklippare som utan förvarning plötsligt kommer in i en miljö upplevas stressande.
- o Personer med AST kan vara över- eller underkänsliga för viss eller vissa typer av sinnesstimuli. Det kan vara allt från att individen reagerar starkt mot specifika ljud, texturer eller visuellt fascinerar av ljus eller rörelse. Förhållandet mellan personen och dess omgivande miljö kan därför bli problematisk.
- o Personer med AST kan vara i behov av stöd för att förstå sin omgivning. Det kan ske med hjälp av bilder och/ eller symboler.
- o Personer med AST föredrar ofta att leka eller göra en aktivitet ensamma. Det måste inte betyda att de inte vill vara en del av en social situation, utan att de helt enkelt föredrar att utföra sin egen aktivitet parallellt med andra.
- o Personer med AST vara i behov av reträttplatser som ger möjlighet till paus och återhämtning.
- o Ökad befolkning i städer leder ofta till färre park- och grönområden, vilket resulterar i att fler människor behöver samsas om de ytor som finns. För personer med AST, som kan uppleva andra människors närvaro som stressande, kan det påverka deras möjligheter att vistas i gröna utomhusmiljöer.
- o Gångvägar i en park eller ett grönområde har en viktig funktion, både för fysisk framkomlighet och för hur läsbar miljön upplevs.
- o Växter med mjuk textur gör att besökaren kan interagera med platsen. Växter som drar till sig fjärilar, bin och fåglar kan bidra till att platsen upplevs levande.
- o Vattenelement kan gynna mental hälsa och återhämtning. Vattnet bör för personer med AST vara lugnt så att det inte leder till för starka intryck.



SEMISTRUKTURERADE INTERVJUER

Den digitala presentation som användes under intervjuerna presenteras i *Bilaga 1- Underlag intervjuer*. Underlaget innehöll en sammanställning i punkter av de aspekterna, från litteraturgenomgången, som visat sig kunna vara viktiga att ta i beaktande. Nedan återges information som framkom under intervjuerna.

SENSORISK ÖVERBELASTNING

Som nämnt i litteraturgenomgången, kan personer med AST uppleva och reagera annorlunda på sinnesstimuli (American Psychiatric Association 2016:23, Gaudion et al. 2015, McDougale & Accordino 2016). Det var även något som samtliga informanter poängterade.

“Vissa gillar ju doft. Vissa gillar inte. Det är väldigt individuellt. Jag var i en park, som var uppdelad i två delar. Minns inte vilken blomma det var, men bara man närmade sig den delen av parken så bara luktade det så himla skarpt. Då kan jag tänka mig att en person som är lite luktkänslig, också tycker att det är extra jobbigt - men kanske inte kan uttrycka det, att det är just lukten i sig som är det jobbiga. För blomman i sig kanske är jättefin, och man gillar blomman jättemycket men den doftar otroligt mycket.”

(Informant A)

Informant A bekräftade vad litteraturen påtalat, nämligen att personer med AST kan uppleva och reagera annorlunda på sinnesstimuli, men betonade samtidigt att det är väldigt individuellt. En aspekt som inte omnämnts i litteraturen är hur en person kan tycka om blomman visuellt, men samtidigt uppleva doften av samma blomma obehaglig. Informanten nämner att personer med AST kanske inte har förmågan att uttrycka vilken aspekt i miljön som upplevs påfrestande. Ifall en person med AST, eller hens vårdgivare/ anhörig, har identifierat vad i miljön som upplevs påfrestande, exempelvis blomman i detta fall, kan en lösning vara att avlägsna växten ur miljön. Å ena sidan så försvinner doften som gjorde att personen upplevde miljön obekvämt att vara i. Å andra sidan försvinner även blomman som personen såg som positiv. Risken med att försöka avlägsna alla aspekter som personer kan uppleva påfrestande, är att miljön istället blir ointressant att vistas i.

Med detta sagt så är det viktigt att förstå vilken aspekt det är som upplevs obehaglig. I ovan nämnda exempel är kanske lösningen att ersätta blomman med en växt av liknande karaktär men utan en påtaglig doft. En annan fråga kan vara ifall **en** individ ska avgöra om, som i detta exempel, en växt ska tas bort/ bytas ut. Doften hos växten kan vara den aspekt som en annan ser som kvaliteten.

“Och så är det ju även med ljud. Vi kan tycka att fåglar och sådant kan vara jättemysigt, men när man inte kan sortera bort det, så är det otroligt jobbigt att ständigt höra det. Och det är återigen det här med filter. Ljus, ljud och lukt. /.../ Kombinationen med mycket ljud, mycket lukter eller andra personer som springer förbi, då blir det liksom kaos. Då är alla sinnen på högvarv” (Informant A)

Informant A bekräftade även uppgifterna i litteraturen angående sensorisk överkänslighet mot ljus och ljud. Patrik Grahn (2005) har identifierat att en miljö som innehåller naturliga element såsom fåglar, insekter, vind och vatten kan göra att en miljö upplevs lugn, viket kan bidra till mental återhämtning. Informanten tar upp svårigheten som personer med AST kan ha att sortera sinnesintryck.

Informanten anser att kombinationen av sinnesintryck har stor betydelse. Det kan vara den som i slutändan blir avgörande för om en person besöker en miljö eller inte. Även en naturlig miljö som innehåller fåglar, insekter, vatten och vind kanske för en person med AST upplevs stressande, trots att alla intryck uppskattas var för sig.

Informant B berättade om ett besök i en miljö som hen ofta besökte med en brukare. Informanten kunde inte förstå vad som orsakade stressen förrän hen spelade in en video med ljud. I videon kunde informanten identifiera att fåglarna kvittrade mer än vanligt, vilket kan ha varit orsaken till att personen upplevde situationen som stressande. Exemplet visar hur liten förändring som kan leda till sensorisk överstimulans för personer med AST .

Patrik Grahm (2005) menar att störande moment bör kopplas bort för att en plats ska upplevas rofylld. För en person med AST kan, enligt informanterna A och B, ljud av naturliga element även upplevas som störande ifall de är av hög intensitet eller i kombination med andra sinnesintryck.

“Jag tänkte också på att vattnet måste flyta fram, för det kan inte vara för bullrigt, då skapar det för mycket ljud och då blir det en annan känsla. Då blir det inte det här lugnande, utan då blir det kanske mer det är jobbigt eller att det triggar något annat, som att “jag vill bada nu.” (Informant A)

Barakat et al. (2019) tog i sin studie upp att vattnelement som lugnande effekt bör vara ”flytande” för att inte ge för starka intryck. Informant A höll med om ovanstående. Dessutom uppmärksammade Informant A hur ljudet av vatten kan framkalla en association, exempelvis att ljudet gör att personen vill bada. Det kanske inte medför ett problem, men för en person med AST kan impulsen att vilja bada medföra att hen blir stressad när miljön inte möter förväntningen. Kaplan och Kaplan (1993, 1995) tar i sin teori upp att en miljö bör erbjuda vad besökaren förväntar sig, för att bidra till ett lugn och möjlighet till mental återhämtning. Ifall en person älskar att bada och upplever att miljön ska uppfylla hens önskemål, kan det resultera i en besvikelse och det kan i sin tur leda till stress när inte förväntningen uppfylls.

“Du kan stänga ute saker, och de har inte den förmågan till. /.../ De hör ju samma ljudnivå på alla ljud många gånger.” (Informant B)

Informant B betonar, liksom Informant A, att personer med AST kan ha svårt med kombinationen av intryck. Hen förklarar att en person med AST exempelvis kan uppleva alla ljud i miljön lika starkt. Ljudet från en person som pratar, fågelkvitter, vatten i fontänen och ljudet från när någon skrapar sin fot i marken kan låta lika högt. Desto fler ljud som är närvarande i miljön, desto mer måste personen koncentrera sig för att sortera intrycken, vilket kan bli krävande och kan i sin tur leda till en stressig situation för individen.

Landskapsarkitekter kan i sitt arbete försöka tänka på vilka sinnesintryck som är närvarande i den befintliga miljön. Ifall starka ljud är närvarande i miljön kanske inte starka visuella intryck också ska förekomma. Ifall starka dofter eller höga ljud inte förekommer, kanske starka visuella intryck med fördel får finnas i miljön. Det stärker betydelsen av en grundlig inventering av miljön som en förändring ska ske i. Vad finns idag? Vad kommer tillföras? Hur kan kombinationen av sinnesintryck bli hanterbar för personer med sensorisk överkänslighet?

“Tänk för alla de barnen som går i skolan med funktionsnedsättning, och behöver vila på rasterna. Och kunna ha en skolgård som faktiskt erbjuder, sensorisk vila, om man får uttrycka det på det sättet. För de är ju ofta överstimulerade, och behöver verkligen vila!”
(Informant C)

Även Informant C lyfter att personer med AST ofta kan vara överstimulerade, på grund av en sensorisk överkänslighet. Ständig överstimulans, utan möjlighet till återhämtning, kan leda till stress och sämre mental hälsa (Hartig 2005). För personer med AST kan behovet av vila vara avgörande för hur personen kan hantera olika situationer.

“När det kommer till människor med autism, om vi exempelvis tar X, att om vi går i en park och det helt plötsligt blir för mycket människor i parken, för att det är för få parkområden i en stad. Då blir det ju ett problem. För att vi samlas gärna på ett ställe. Människan är ju så att vi gärna dras mot varandra. Men personer med autism har ju ibland svårt att interagera med varandra.” (Informant D)

Informant D tar upp hur en plötslig förändring, exempelvis antalet människor i en park, kan göra att en person med AST blir stressad. Hen tar även upp hur antalet parkområden i en stad kan påverka ifall en person med AST vill gå ut. Litteraturgenomgången visade även att personer med AST kan föredra att göra en aktivitet ensamma (American Psychiatric Association 2016:23–24). Dessutom kan många människor bidra till sensorisk överbelastning, vilket i sin tur kan leda till stress (McDougle & Accordino 2016:361–363). Informant D menar att om efterfrågan är större än tillgången på parkområden, ökar antalet besökare, vilket kan göra att miljön upplevs för krävande att besöka. För landskapsarkitekter, och andra som arbetar med planering och gestaltning av miljöer, kan detta vara en viktig aspekt att ha i beaktning. Antalet grönområden eller parker kan vara av stor betydelse för personer som kan uppleva andra människors närvaro som stressande. Tillgången till fler och större gröna ytor kan vara en betydande faktor för personer med ASTs vilja och möjlighet att gå ut.

Det har visat sig att litteraturen och praktisk erfarenhet har starka paralleller kring frågan om sensorisk överkänslighet för personer med AST. Det som informanterna poängterar är överbelastningen. De menar att starka ljud i sig inte behöver vara avgörande, utan det är kombinationen som kan medföra problem. Närvaro av andra människor är också något som tas upp av samtliga informanter. Det är något som är nästintill omöjligt att reglera, men påvisar hur viktigt både storleken och antalet gröna ytor kan vara för delaktigheten.

SKULLE GESTALTNING FÖR ALLA SINNEN UPPSKATTAS?

“Pilla på något som hörs. Något som man gör ljuden själv! Rum ute i naturen, hålla på med massa ljud så han inte behöver hålla på med att slå med köksluckorna hemma, och göra alla i familjen helt tokiga.”
(Informant B)

Informant B berättade om behovet en person med AST kan ha att få utforska sin egen kropp, genom att till exempel interagera med en sak, eller att själv få utforska hur ljud kan skapas. Informant B menar att alla människor lär sig genom att testa hur en själv kan påverka något i sin omgivning. Barakat et al. (2019) har i sin studie kommit fram till att nära kontakt med naturen gynnar kreativiteten, inlärningen och koncentrationen. Genom att skapa miljöer som ger möjlighet till att stimulera kroppens alla sinnen kan landskapsarkitekter, eller andra aktörer som arbetar med gestaltning av gröna miljöer, ge personer möjligheten till personlig utveckling.

“Jag tycker ju att vi skulle jobba otroligt mycket mer med det. För jag tycker att vi är ganska endimensionella, många gånger i utformningen, om man tittar på liksom stadsparken, jo men det är vackert med alla blommor och så vidare men det blir liksom en dimension, på något sätt. Istället för att fundera över vad gör jag i stadsparken, och varför är jag i stadsparken, och varför vill jag vara här och så vidare. /.../ Det ska vara så vackert och det ska vara x blommor där och x blommor där och x blommor där och det är ju jättehärligt, men vi vill ju också kunna använda parkerna. Var finns liksom de trevliga parkbänkarna, var finns de härliga borden?” (Informant C)

Informant C anser, i likhet med Informant B, att det finns flera fördelar med att utforma miljöer med syftet att de ska kunna användas. Hen anser att mycket idag handlar om den visuella aspekten i parker. Tillgången till bekväma sittmöbler är något som Barakat et al. (2019) tar upp i sin studie som en viktig aspekt för personer med AST med sensorisk överkänslighet. De inger ett lugn genom att koda miljön att det är acceptabelt att vistas i miljön.

“Det hade ju Z älskat, om han kom till ett rum-i-rummet med massa figurer som han kunde interagera på något sätt. Känna på, sitta på, titta på. /.../ Knappar med ljud som figurerna pratar. Man får åtminstone trycka på knappen - sen kanske resten gav sig.” (Informant C)

Att få interagera med sin omgivning är något som informanterna poängterar som betydelsefullt. Att endast gestalta visuella miljöer menar de **inte** är att använda våra offentliga ytor på ett hållbart sätt. En av informanterna tar också upp behovet en person kan ha att själv prova att skapa exempelvis olika ljud. Utomhusmiljöer kan fungera som en förlängning av inomhusmiljön och ge individer möjlighet att testa saker som vanligtvis inte tillåts inomhus.

VISUELLA STÖD OCH INSTRUKTIONER

Enligt litteraturen kan personer med autismspektrumtillstånd vara i behov av stöd, för att förstå sin omgivning (Cecchini et al. 2018). Skyltar eller andra visuella hjälpmedel kan till exempel användas för att underlätta orienteringen, eller fungera som stöd med vilken handling som förväntas på platsen.

SKULLE SKYLTA ELLER ANDRA VISUELLA INSTRUKTIONER KUNNA UNDERLÄTTA?

“Skyltar. Det hade ju också varit jättebra, både bilder, skrift, och till och med blindskrift kanske. Kanske inte precis med autism men generell funktionsvariation. Att de också får känna sig inkluderade. Oftast så kanske de blir lite bortglömda. De som inte kanske kan avläsa skrift, vanlig skrift.” (Informant A)

Citatet från Informant A inriktar sig inte särskilt på personer med AST. De kan dock också ha nedsatt synförmåga och därför väljer jag att ta med citatet i arbetet.

Att utveckla skyltar med bilder som förklarar vad individen förväntas göra är även något som Cecchini et al. (2018) tar upp i sin studie. Personer med AST kan vara i behov av visuellt stöd för att förstå sin omgivning. Att utveckla skyltar med en förklaring av vad individen förväntas göra på platsen, kan vara ett sätt att utforma miljöer ”universellt” (Socialdepartementet 2008: 29–30).

“Det skulle i så fall vara ett tecken att “här får du leka”, här får man använda det - det hänger inte bara där för att det ska vara fint. Något sådant istället tror jag. För man ska nog inte plöttra sönder hela parken med en massa skyltar. Då tappar du ju det där egna kreativa.” (Informant B)

Informant B lyfter fram det faktum att för mycket skyltar kan leda till att miljön istället blir stressande, på grund av att stödet istället leder till en överbelastning. Dessutom ser hen en risk i att kreativiteten och möjligheten till att utforska lätt försvinner.

“Stopp-skylten är också ganska tydlig att du ska stanna, men vadå stanna?” (Informant D)

Informant D lyfter i likhet med Informant B problematiken som kan uppkomma ifall en skylt, trots visuellt stöd, blir otydlig. Stoppskylten ansåg informanten vara tydlig, men kan samtidigt uppfattas otydligt om ingenting i miljön tyder på att man ska behöva stanna.

Skyltar som visuella stöd i urbana miljöer ansåg informanterna både kan vara bra och att det kan skapa oreda, som i sin tur kan leda till för många intryck. Gröna miljöer bör enligt samtliga informanter huvudsakligen hållas “rena” från skyltar och instruktioner.

OFFENTLIGA GRÖNOMRÅDEN

Tillgången och möjligheten till delaktighet till den fysiska miljön ska vara på samma villkor för alla medborgare (Socialdepartementet 2008:12–13). En medveten samhällsplanering kan öka jämlikheten både fysiskt och socialt (Folkhälsomyndigheten 2020).

Autistiska personer har ofta ett logiskt och/eller visuellt tankesätt (American Psychiatric Association 2016:23–24). De har ofta ett gott öga för detaljer och en god uthållighet. Ett starkt fokus och intresse inom specifika områden är även vanligt som exempelvis ett djupt intresse för tåg eller andra mer ovanliga ämnen som soptunnor. Som hos alla människor varierar intressen, styrkor och svårigheter även hos personer med AST.

Det är viktigt att förstå vad som kan motivera en person med AST att vilja att gå ut i offentliga grönområden och vad som där kan få en sådan person att känna sig trygg.

VAD ÄR VIKTIGT ATT TÄNKA PÅ NÄR VI GESTALTAR GEMENSAMMA PLATSER?

“En morot till att vilja gå ut, och det är väldigt individbaserat. Vissa vill ju att det ska hända någonting för att promenaden ska bli meningsfull. Till exempel har Skrylle en tipspromenad. Och de har någon slinga där det finns en hinderbana också tror jag. Som man både kan gå och köra rullstol på. Någon form av aktivitet, samtidigt som det ändå ska vara det här lugnet.” (Informant A)

(Skrylle: ett natur- och frilufsområde i Lunds kommun)

Informant A lyfter att för personer med AST kan det krävas ett specifikt syfte för att vilja gå ut. Att ”ta en promenad” kan vara en otillräcklig anledning för att förstå funktionen av promenaden. Genom att gestalta parker och grönområden med olika aktiviteter, samtidigt som miljön ändå ger möjlighet till lugn, var något som Informant A såg som betydelsefullt.

“Rullstol, man har balanssvårigheter, man kanske inte ser, man kanske inte hör. Hur viktigt det är med olika underlag. / .../ Minsta lutning, blött ute, så är det inte lätt att komma fram med en rullstol. /.../ Man tänker att det är lätt att rulla en rullstol, men det är det inte. Minsta lilla backe och det är lite slirigt.

Personen i sig väger några kilo och rullstolen lite kilo och så ska man ha styrkan att rulla framåt. /.../

Minsta lilla backe måste man ta i.” (Informant A)

Framkomligheten var något som Informant A även tog upp under intervjun. Underlaget i en park kan påverka ifall en individ upplever att miljön är inkluderande.

”Hon var jätterädd för att köra fast. Ville gärna inte gå i parkområden om de var anlagda med småsten. För storkornigt grus. Kunde säga att hon jättegärna ville åka till skogen, men det är svårt för henne att komma runt. /.../ Inte alltid vara säker på vad det är för underlag, att det kanske har regnat mycket och då är det alldeles för blött. Då stoppar det henne för att hon blir rädd för att åka fast eller för att det är för mycket trädrötter, för ojämn yta. Om det var så förra gången, har man det som ett negativt minne”

(Informant D)

Även Informant D tog upp betydelsen av underlaget. Informanten har tidigare arbetat med en brukare med AST som är rullstolsburen. Kombinationen av att inte veta hur miljön kommer se ut idag, samt kanske vara medveten om att förra gången var det svårt att ta sig fram, kunde leda till att brukaren inte ville besöka miljön.

“Att olika grupper verkligen får tycka till, i de här sammanhangen, det är otroligt viktigt - skulle jag säga. Och de som bor runtomkring, och som agerar och verkar runt omkring. Det kanske finns dagliga verksamheter i närheten...” (Informant C)

Informant C tog upp betydelsen av att olika grupper får tycka till kring gestaltningen av offentliga miljöer. Projektet ”PARKLIV!” (Living cities 2019) är ett forskningsprojekt finansierat av Vinnova i samarbete med SLU och Living cities och arbetar för att skapa en arbetsmodell för att möjliggöra deltagandet från fler samhällsmedborgare. De har liksom informanten upplevt ett glapp angående delaktigheten för vissa brukargrupper. Att genomföra en ordentlig inventering av platsen samt dess omgivning är en bra början. Men för att öka en förståelse av vilka som kan komma att bruka platsen, är det viktigt att olika grupper blir inbjudna att tycka till.

“Nu när vi förtätar våra städer, så blir ju våra ytor mer och mer begränsade. Och då tror ju jag att det här med multifunktionalitet. /.../ Om det kommer en hel daglig verksamhet, vad hade de tyckt varit kul? De hade kanske tagit med sig bräddor och grejer och stått där och spikat och grejat vid någon hyvelbänk för att det hade varit en härlig omgivning.” (Informant C)

Informant C framhåller också behovet av att våra offentliga miljöer fungerar som platser att vistas på och använda. Informanten menar att en multifunktionalitet av offentliga platser kan bidra till positiva aspekter för många, personer med eller utan någon funktionsvariation. Informanten nämner dock betydelsen av storleken för att det ska fungera.

“Z hade blivit jätteglad om han kom in i en park och det hade funnits Woody och Buzz figurer. Trots om han hade varit 35 liksom. Det hade ju han tyckt varit jättekul! Figurativa grejer och så. Så jag tycker verkligen att det är att tänka barn i vuxenform. Det här med figurer och skulpturer och sådant är ju spännande också. Som man kan gå och känna på liksom.” (Informant C)

Kommentar på ovanstående:

“Ja men det är det ju. Lite sådant finns ju på Skrylle men då är det som prydnad. /.../ För de är för fina på något vis. Man förstår, eller man tror att man inte får leka med dem. Det får inte se ut se heller, de måste inbjudas till lek ju.” (Informant B)

Tillgång och närhet till gröna miljöer anser informanterna är viktigt. För en person med AST kan det krävas ett syfte med promenaden, exempelvis i form av en aktivitet eller en målpunkt. Informanterna nämner också vikten av att inkludera alla berörda tidigt i processen för att kunna skapa en tillgänglig plats. Dessutom lyfter informanterna B och C att visuellt inbjudas till att personen vågar interagera med miljön, eller saker i miljön, är viktigt. De menar att även personer med AST kan läsa av ifall detta verkar acceptabelt eller inte.

ÄR STORLEKEN PÅ YTAN VIKTIG?

“Ibland pratade hon om att när hon var yngre åkte hon och hennes föräldrar ofta till Skrylle och gick. Och där har de gjort en anpassad slinga, för rullstol. Men hon vågade ändå inte för att hon tyckte att det var för långt bort. Och hur skulle vi göra om vi helt plötsligt behövde åka hem? Hon kunde uttrycka att hon var rädd.” (Informant D)

Informant D berättade att avståndet till miljön har för brukaren med AST som är rullstolsburen en stor inverkan. Fler och större parker och grönområden, samt inom kortare avstånd, var något som informanten tänker kan bidra till att fler personer upplever möjligheten att komma ut lättare.

“Ytor, större offentliga ytor, ytor som tillåter alla personer att få vara sig själv och få utforska sin egen person.”(Informant C)

Som Informant D nämner även Informant C betydelsen av större platser. Att ha möjlighet till att dra sig undan en miljö som upplevs som överbelastad av sinnesintryck, kan för personer med AST vara viktig. För att personen inte ska behöva avsluta sin vistelse i parken, ansåg samtliga informanter att miljön bör vara tillräckligt stor för att det ska finnas möjlighet att dra sig undan.

“Jag tycker storleken har betydelse på grund av hur man mår den dagen, vill man vara ensam så kanske en stor park med rum-i-rum där man kan dra sig undan, men annars en park där det är promenadstråk, lite vatten med ankor där man kan vara social.” (Informant A)

Informant A håller med informanterna C och D om att storleken kan vara viktig för att få möjlighet att sortera sinnesintryck, men Informant A menar att behovet av storlek på en park kan variera beroende på vilken sinnesstämning personen befinner sig i den dagen. Personer med AST kan, som alla, vilja befinna sig i sociala sammanhang.

“Ja det tycker jag, men är inte de flesta parker det? Rätt så stora. Jag tänker på Kungsparken i Malmö, Pildammsparken i Malmö, Stadsparken i Lund. Där finns ju en yta. /.../ Skolgård har sällan en yta, tillräcklig för vuxna barn, om man säger så. Där är alltid det att det är för liten plats att göra mer än en sak och den har de redan “lekt igenom” på två veckor sen vill de ha något annat. Men i en park kan det väl finnas mycket? Som då är mer naturligt också, och inte det där uppbyggda.” (Informant B)

Informant B anser att begreppet park i regel utgör större områden och omfattar öppna ytor. Informanten nämner parker i Malmö och i Lund. Kungsparken och Slottsparken i Malmö är två större parkområden i anslutning till varandra. Kungsparken omfattar en yta av 8,4 hektar (Malmö stad 2020a) och Slottsparken på 21 hektar (Malmö stad 2020b). Informant B tar även upp skolgårdars yta i allmänhet som exempel. Ifall den inte är tillräckligt stor för att hitta nya saker i miljön, blir platsen istället ointressant. Med Kaplan och Kaplans (1993, 1995) krav eller riktlinje ”omfattning”, menar de att miljön bör vara tillräckligt stor för att besökaren ska få både positiva visuella och fysiska intryck. Informanten menar att storleken är av betydelse.

“Storleken spelar roll! /.../ Slagsmålet är om vi ska bygga på åkermarken här nere, eller ska vi förtäta. Det är klart att då blir ju valet ganska enkelt att vi ska förtäta, men samtidigt måste vi ju ha de gröna stråken kvar.” (Informant C)

Informant C tar upp problematiken kring hur staden ska möta behovet av bostäder. Informanten refererar till Skåne och nämner dilemmat med att exploatera åkermarken kontra förtätning av den bebyggda miljön. Det är en faktor som påverkar hur många och stora grönområden som kan finnas i staden. Den problematiken berör inte specifikt personer med AST utan oss alla och är ständigt debatterad. Som informanten nämner är det en komplex fråga att behandla, att bygga på brukbar mark eller att förtäta vilket ofta resulterar i mindre grönytor. Samtidigt så menar informanten att för personer med AST så är storleken betydelsefull.

“Större ytor bör finnas på fler ställen, enklare att våga testa igen.” (Informant D)

Informant D menar att ifall personen bor långt ifrån kan det göra att platsen upplevs otillgänglig. Om personen dessutom en gång har upplevt en plats som negativ och avståndet blir långt, kan rädslan ta över och nya försök att besöka miljön uteblir.

ANLAGDA LEKMILJÖER/ LEKPLATSER

Trots att studien inte är specifikt inriktad på miljöer för barn med AST, har de medverkande informanterna ändå spontant tagit upp frågan om platser för lek.

“Det är ju en problematik jag känner, just med X till exempel, om vi ska ut och gå så ska det vara så tråkigt vuxligt. För då ska vi gå en promenad i Skrylle, hur kul är det på en skala tycker han, att bara gå. Men om man hade gått in i en park, som var uppbyggd med en massa rum där man som vuxen också fick plats. Men man tänkte barnperspektivet i en vuxenkropp.” (Informant B)

Informant B:s reflektion anknyter till det som Informant A tagit upp, nämligen betydelsen av att ha en anledning till att gå ut. Informant B lyfter också fram att en vuxen person med AST kan vilja utforska miljön på ett liknande sätt som barn gör.

“Tänka på en vuxenkropp. Bör utforma lekplatser så att vuxna kan vara med, och att lyfta att personer med funktionsvariationer kan vilja leka.” (Informant B)

Informant B fortsätter med att utveckla sin tanke genom att föreslå att även anlagda lekmiljöer borde kunna utformas så att föräldrar kan vara med i leken med sina barn, samtidigt som de visar att vuxna personer kan använda och uppskatta lekredskapen på en lekplats.

“Det är i buskarna barnen leker. De leker inte på de här EU-anpassade lekställningarna med gummiastfalt under liksom.” (Informant C)

Både Informant C och Informant B anser att anpassningar av platser helt utifrån behoven hos personer med fysiska funktionsvariationer, kan bidra till att miljön försämrats för alla. Det innebär inte att de anser att hänsyn inte ska tas till dessa grupper. Informant B har arbetat med elever med fysiska funktionsvariationer och menar att med stöd kan och vill de flesta barn inte ta hjälp av sitt hjälpmedel hela tiden. De vill och kan med stöd utforska miljön omkring dem. Dessutom menar informanterna att lekplatser utan exempelvis rumslighet och topografiska skillnader istället kan fungera exkluderande för barn och vuxna med AST. Det är därför intressant att utforska och undersöka hur lekmiljöer kan gestaltas så att så många som möjligt kan känna sig delaktiga.

“Träfigurer eller något sådant där. Många som gillar. Sen kan man ju säga att ja, Woody och Buzz har ju för många försvunnit sedan länge, men hos våra så kan ju sådana figurer finnas med precis som Bamse och alla dem som har gjort i hur många år som helst.” (Informant C)

Informant C nämner hur en park eller ett grönområde kan få en identitet genom ting som befinner sig i miljön. Som exempel nämns träfigurer, som bör utformas så att de uppmuntrar till interaktion. Informanten framhåller även att en person med AST kan ha kvar intresset för vissa figurer under lång tid, medan andra går vidare.

“Oftast när man kommer till en park finns det bara en lekplats. Y älskar att gunga och linbana. Finns det en linbana eller en gungsekvens, så är det nästan alltid upptaget om där är en skolklass. Där hade man ju önskat att det hade funnits kanske två separata lekplatser.” (Informant D)

Informant D berättar om en vuxen person med AST som älskar att besöka anlagda lekmiljöer med redskap. Hen nämner även att det kan finnas ett behov av att ett grönområde eller park har mer än en lekplats med redskap, eftersom den anlagda lekmiljön ofta är upptagen.

“Lekredskap är alltid designade för barnkroppar. Gungor, rutschkanor, klättervägg kan ju alla gilla. /.../ Men ändå om Y skulle få för sig att leka på en lekplats så kan han inte det. Han kan gunga och typ åka rutschkana, men han kan liksom inte använda några av de andra redskapen, för de är ju inte anpassade utefter hans kropp.” (Informant D)

Alla personer kan vilja leka, stora som små, men lekutrustning idag är oftast designade för barn. Detta anser jag är en viktig punkt att lyfta fram, eftersom det kan öka en förståelse för hur landskapsarkitekter kan koda olika miljöer, utan att vara medvetna om hur det påverkar möjligheten till delaktighet.

RUMSLIGHET

Eftersom personer med AST kan ha svårigheter med att sortera sinnesintryck, är rumsligheten en aspekt som kan ha stor betydelse för om platsen upplevs trygg (Boverket 2015, Barakat et al. 2019). Miljön bör innehålla både mindre rum för återhämtning samt större ytor som möjliggör för fysiska aktiviteter. Dessutom kan personer med AST föredra att leka eller göra en aktivitet ensamma. Det behöver dock inte betyda att de inte vill vara en del av en social situation, utan att de helt enkelt föredrar att utföra sin egen aktivitet parallellt med andra (American Psychiatric Association 2016:23–24).

VAD TÄNKER DU KRING KONCEPTET RUM-I-RUM?

“Jag fastnade för det här med rum- i - rum. Jag gillade det uttrycket och tycker att det är superviktigt. /.../ Att man kan känna sig delaktig och med andra i en miljö men ändå att man kan dra sig undan. Jätte viktigt! / ... / Jag är i ett socialt sammanhang, men jag gör det på mina villkor. /.../ Och att det blir så tydligt, att det inte bara, här är blommor, här är en buske utan att det smälter ihop, minskar också tunnelseendet. Att man inte bara ser något grönt som bara löper långt, långt, långt. Jag kan tycka att Pildammsparken i Malmö är jättefin, men för en person med autism kan jag tänka mig att det är för mycket. Det är bara massa grönt. Det händer inte så mycket. Du kan inte smita undan någonstans. /.../ Och kanske massa människor som springer fram och tillbaka, huller om buller och hundar och katter och fåglar.” (Informant A)

Informant A ansåg att konceptet att gestalta med rum-i-rum kan vara av stor betydelse och bidra till att personer med AST känner sig mer inkluderade. De ges möjlighet att vara med i ett socialt rum, men på sina egna villkor. Även i litteraturen beskrivs att gröna utrymmen visat sig kunna främja sociala interaktioner samt öka känslan av inkludering (Braubach et al. 2017, Grahn 2005).

“Små buxbombsbuskar i en labyrint, och då älskade våra elever att gå in, men de gick in för att de skulle kunna sätta sig i sin egen lilla hörna inne i labyrinten, där ingen annan var. Det var egentligen inte för att leta sig in till mitten, som det kanske var tänkt när man gjorde den, utan de letade upp sin lilla vrå att sitta och pilla på stenar, eller plocka blad från busken eller något annat. /.../ Omslutas av naturen liksom.” (Informant B)

Informant B bekräftar vad som framkommit i litteraturen om att personer med AST kan vara i behov av reträttplatser, för att få möjlighet till en paus och sortera sinnesintryck (Boverket 2015, Barakat et al. 2019). Informanten berättar att en labyrint i en park som de ibland besökte var uppskattad av eleverna.. Det gav individerna ett ställe att dra sig undan, samtidigt som de kunde vara vara utomhus.

“Har du rum-i-rummet så kan du gå undan, och få lite lugn och ro. Om du känner att det är för stökigt runt omkring.” (Informant C)

Även Informant C anser att rum-i-rum är ett koncept som kan vara av betydelse för personer med AST. Det som alla informanter dock beskrev var att en miljö inte endast bör bestå av små rum, utan även innehålla öppna ytor för att uppfattas trygg.

“Det är därför det är intressant med just med det här med rum-i-rummen, att man i ett rum så kan man vara aktiv en stund, och tycka att det är härligt, och sen blir man trött och då kan man gå in i ett annat rum och så vilar man där. Där kan man sitta och pilla på någonting, eller ja. För våra vilar också på ett annat sätt än vad vi gör.” (Informant C)

Informant C menar att kojor kan vara uppskattade. I en koja kan en person skapa sitt eget revir, vilket kan leda till att miljön uppfattas tryggare. Dessutom framhåller Informant C att om det finns en reträttplats tillgänglig i miljön, kan det bidra till att personen är aktiv en stund för att sedan dra sig undan när behovet uppkommer.

“Jag tycker att det är ett jättebra initiativ! För då blir det att skulle man vara på ett ställe och det blir för mycket intryck eller att det blir för mycket människor. Att man då kanske kan gå iväg. /.../ Rummen kan fungera som en paus. /.../ Men det finns ju också parker som bara är en öppen yta. Då blir det ju svårt att kunna gå iväg.” (Informant D)

Även Informant D håller med om det positiva som konceptet rum-i-rum kan medföra och understryker möjligheten att kunna dra sig undan som en viktig aspekt. Om en park eller ett grönområde endast består av öppna ytor, kan det bli svårare för personer med AST att vistas i miljön.

Principen att gestalta med rum-i-rum var något samtliga informanter ansåg kunna medföra positiva effekter. Det skapar möjligheter att vara med, men på sitt eget sätt. Dessutom kan det skapa reträttplatser när behovet uppkommer, istället för att känna behovet att lämna miljön.

OFÖRUTSÄGBARA HANDLINGAR ELLER HÄNDELSER

Personer med AST kan ha svårt med förändringar och oförutsägbara handlingar eller händelser kan leda till stress (American Psychiatric Association 2016:23–24). Under samtliga intervjuer betonades oförutsägbara händelser som en av svårigheterna med att besöka offentliga grönområden. Det kan handla om allt från ljud, dofter och andra människors närvaro. Även om en plats upplevdes trygg och lugn under föregående besök, kan en förändring vid nästa besök göra att personen blir stressad och i värsta fall inte vill besöka platsen igen. Enligt informanterna kan det vara svårt att röra sig i vissa miljöer, eftersom förutsättningarna varierar så pass mycket att de inte är möjliga att planera för.

“För förändringar är ju otroligt svårt. Och speciellt om jag inte kan styra förändringen själv. Och en gräsklippare är ju inte så stort för dig och mig, men det här med förväntningar och icke-förväntningar inom autism är liksom a och o.” (Informant A)

Informant A understryker hur viktigt det kan vara att en miljö möter förväntningar. Kommentaren bekräftar uppgifterna i litteraturen (Barakat et al. 2019) och informanten betonar att det varit en vanligt förekommande svårighet för de personer som hen arbetat med.

”Det som är bra för våra barn är bra för alla barn. Alla mår bra av strukturer och att allt inte är oförutsägbart.” (Informant C)

Informant C framhåller att det inte bara är personer med AST som mår bra när miljön möter förväntningarna. Kaplan och Kaplan (1993, 1995) tar upp ”kompatibilitet” i sin teori och menar att miljön bör erbjuda vad besökaren förväntar sig för att bidra till återhämtning. Informant C är övertygad om att alla människor skulle gynnas av att vi försöker skapa miljöer, där en av utgångspunkterna är färre oförutsägbara handlingar och händelser.

“Det är inte en bestående miljö. Och det är ju jättesvårt att få det så. Man kan ju inte få det att alltid se likadant ut eller att det alltid är lika lite människor, eller lika mycket människor. /.../ EN skolklass kanske går, men om det kommer flera skolklasser så är det inte säkert att det går.” (Informant D)

Informant D poängterar att en miljö inte är oföränderlig och att det kan vara väldigt svårt att uppnå. Det går inte att veta eller att reglera exempelvis hur många människor som kommer att vistas på platsen vid ett visst tillfälle. Samma informant påpekar att skolklasser ofta använder grönområden som ett komplement till skolgården, vilket inte uppfattas som negativt, men understryker vikten av att det finns fler och större platser att vistas på.

För att få en förståelse för vad en plötslig händelse kan ha för konsekvenser beskrevs en hypotetisk situation under samtliga intervjuer. Exemplet utgår från en situation i en park eller ett grönområde, då plötsligt en åkgräsklippare kommer körande bakom ryggen på besökarna.

“Det här med gräsklippare, all skötsel i en park den är ju oförutsägbar men den är ju också, det kan ju bli en negativ spiral, att en gång gått dit så kom en gräsklippare, så vill jag aldrig mer gå dit för att den gräsklipparen kom och man associerar parken/ platsen med den här gräsklipparen och jag hatar ju gräsklippare. /.../ Men det kan också vara att jag gillar gräsklippare och att man blir så exalterad. Så det blir ju ändå positivt men också att det tar över hela grejen. Så nästa gång jag kommer dit, och gräsklipparen inte är där, så blir jag besviken för att jag såg ju den här sist och då ska den ju vara här.”
(Informant A)

Kommentarer på ovanstående:

“Det är ju slående! /.../ För förväntningen är ju att den platsen har en gräsklippare, för det hade den förra gången.” (Informant B)

“Det kan vi skriva under på!” (Informant C)

Informanterna A, B och C ansåg att gräsklipparen i stunden kan leda till stress och att en sådan upplevelse kan förändra förväntningarna på miljön. Då kan istället avsaknaden av gräsklipparen under nästa besök upplevas som något negativt.

“Men Y tycker att åkgräsklipparen är intressant. Han hade ju inte interagerat med den men stannat och tittat vad den gör. Han är inte lika lättstressad av ljud, särskilt inte ljud han kan koppla. Jag kan ibland uppleva att till exempel X, att han kan bli stressad av om han hör sirener. Men Y älskar sirener för att han älskar brandbilar, polisbilar och ambulanser. Där är det individen, inte autismen som styr. Där är det individens intressen. /.../ Eller kan man associera det åt andra hållet också att, man går dit och personen tycker kanske inte om höga ljud. Och du kommer dit och där är inga höga ljud. Och då nästa gång du skriver att du ska till den parken är det något positivt. Men nästa gång man går dit så är det inte lugnt. Och när man då skriver det på schemat tredje gången så blir det kanske ett jätte-jätteutbrott. För jag vill ju inte gå dit för där var inte lugnt när vi var där sist.” (Informant D)

Informant D tog upp hur den enskilda individens intressen kan påverka hur situationen upplevs. För en person kan gräsklipparen vara det mest spännande i miljön, medan den för en annan kan det vara en anledning att inte vilja besöka miljön igen.

För personer med AST kan förändringar upplevas svårt. Men alla miljöer är i ständig förändring och att skapa en offentlig plats som ska kunna upplevas i princip likadant vid varje besök, är otroligt svårt och kanske inte möjligt. Vi har också sett hur en faktor som för en person är stressande, för en annan vara kan intressant.

Informant D tog upp frågan om att skolklasser använder grönområdena och menar att en skolklass kan fungera, men när flera kommer till samma miljö kan det skapa oro hos individen. Det är ett problem som inte går att lösa genom utformningen av platsen, utan ingår i en mycket större fråga. Att planera för att skolklasser ska utnyttja stadens offentliga ytor, kan påverka andra gruppers möjlighet till en trygg utevistelse och är viktigt att ha i åtanke.

STRESSFAKTORER

När allt fler bor i urbana områden ökar intensiteten i form av trafik och buller, vilket kan ha en negativ påverkan för personer med AST (Cecchini et al. 2018). För många intryck på samma gång som exempelvis höga ljud, starka lampor eller massor av saker att vidröra kan leda till stress och att miljön känns överväldigande. Miljöer där många människor rör sig kan också leda till obehag. Eftersom små uttryck av störande moment, kan göra att miljön uppfattas otrygg och ovälkomnande samt leda till ökad stress hos individen (Cecchini et al. 2018, American Psychiatric Association 2016:23–24, McDougale & Accordino 2016:361–363) var detta en aspekt som togs upp med informanterna.

VAD SER DU SOM STRESSFAKTORER I UTOMHUSMILJÖER?

“Allt det för oförutsägbara, allt det för plötsliga som händer, det blir oftast en stress. /.../ Om man då säger att man har ett schema och går dit, till den platsen då förväntar jag mig att vi ska vara på den platsen och det ska inte hända någonting annat... /.../ sen så kommer där en människa och tycker att de ska småprata lite, och sen så hör jag en fågel, en buss och någon annan som skrattar samtidigt som den här personen i sig luktar väldigt annorlunda, ja kombon.” (Informant A)

Som i fallet med gräsklipparen så menar Informant A att det inte behöver vara vad som händer som leder till stress, utan **hur** det händer. Kombinationen av höga ljud, starka dofter och människor i bakgrunden kan göra att personen blir stressad och tvingas avbryta besöket. Vilket i sin tur även kan vara svårt. Ifall schemat exempelvis säger att det blir lunch efter besöket i parken, kommer personen förvänta sig lunch trots att det egentligen inte är dags för det.

“Min erfarenhet runt allt det här med ljuden, /.../, det är att de ljuden vi minst kan ana kan vara störande. /.../ Och dem ljuden som vi hör, och vi hör ju bullret, det är inte säkert att alla störs av det. Eller att det är det störigaste... /.../. Det blir ju en bakgrundmatta för oss, men det kan ju vara jättehögt för dem.” (Informant B)

Informant B menar att en stressfaktor kan vara ljud, men det behöver inte vara det. Vilka sinnesintryck som kan skapa oro varierar mellan individer. Informant C anser att dämpa ljuden generellt dock kan vara av betydelse för alla, något som informanten inte tror är specifikt för personer med AST.

“När det är ett konstant ljud då stänger man lite av det. Men när det kommer plötsliga ljud, det är då man reagerar. Som inbromsningar, eller tutningar.” (Informant D)

Informanterna nämner plötsliga händelser och ljud som orosmoment i offentliga miljöer. På vissa platser kan det kanske tas hänsyn till detta med avseende på trafikplaneringen och skulle troligen även gynna andra parkbesökarens upplevelse. I en stad med många möjligheter till utevistelse i gröna miljöer kan trycket på miljön minska. Det kan leda till färre oförutsägbara händelser som exempelvis höga plötsliga ljud från andra besökare.

VAD FÖR TYP AV MILJÖ HAR FUNGERAT BÄST I EN STRESSPERIOD? AKTIVITET?

“Solklart åka bil. Vilket också kan tänkas vara konstigt för där händer ju någonting hela tiden. Och bilen kan ju, det beror på vad man har för bil, för den kan ju också låta. Men där har jag märkt att, jag kan säga att typ alla jag har jobbat med, tar man in, sätter man dem i en buss eller bil, där personal kör, så är det hur lugnt som helst. Vi har ju jobbat med det som en avledande manöver att har det blivit för stressigt, har det skett ett utbrott, vi tar bilen, vi åker - utbrottet släpper, garanterat. Då behöver vi inte ha en destination, vi kan bara säga att vi kör en runda. /.../ Åka med och bara åka, inte prata något, inte lyssna på musik, utan bara åka med och få det här, solen, molnen, trädet, åkrarna, en och annan bil som svischar förbi” (Informant A)

Kommentar på ovanstående:

“Bilen gör att du vet om /.../ att i bilen sitter du fast, så då är du där du är. Du behöver inte tänka på din kropp, och vad den gör för någonting. /.../ Medan du ändå kan se en massa, men du behöver inte använda din kropp.” (Informant B)

Informant A berättade om en arbetsmetod som hen använt som en avledningsmanöver vid stress. Aktiviteten informanten nämnde direkt var att åka bil. Bilen som avledningsmanöver är väldigt intressant. Skulle något liknande kunna gestaltas i utomhusmiljöer med samma syfte? Flera av informanterna använder/ har använt sig av en åktur som ett sätt att lugna en stressad brukare. Kan lusthus, växthus eller liknande byggda rum användas i samma syfte? Personen kommer ur situationen och sinnesintrycken blir färre.

“Gröna oaser/ rum att gömma sig/sluta sig i. Lugna aktiviteter som man ändå använder sin kropp i.”
(Informant B)

Gröna miljöer nämndes också som en plats att vistas i under stressiga perioder. Grönskan har enligt ett flertal studier positiva effekter för såväl fysisk som psykisk hälsa (Kaplan 1993, Kaplan 1995, Grahn 2005, Hartig et al. 2014, Hartig 2005, Barakat et al. 2019), vilket genom intervjuerna även visade sig stämma för personer med AST.

VILKA MILJÖER BRUKAR NI KÖRA TILL?

“Inte inne i stan. För där kan det vara att det händer för mycket för plötsligt. Man behöver stanna, köra kort, stanna igen. Utan det är nog det här, man kör på motorvägen, man kör på landsväg, man kanske kör i ett skogsparti där det är lugnt. Det kanske händer saker i lagom takt. Och att det händer något under tiden, fast jag behöver inte göra något för jag kan bara åka med.” (Informant A)

Personer med AST kan som tidigare nämnt vara överkänsliga mot sinnesintryck. Informant A berättar hur bilen använts som en avledningsmanöver. Frågan om vilka miljöer informanten brukar köra till togs upp för att försöka få förståelse för om en park eller ett grönområde skulle kunna fungera på samma sätt. Informanten berättar att de oftast kör ut på motorvägen eller längs en landsväg. Att köra i stan medför för många stopp och oförutsägbara händelse. Kommentaren från Informant B visar att rörelsen kan vara av betydelse för att det ska fungera. Det är alltså svårt att utifrån endast dessa kommentarer, kunna avgöra ifall liknande situation skulle kunna skapas i ett grönområde eller park.

AFFEKTSMITTA

Att gestalta miljöer där alla personer trivs och känner sig lugna, kan ha en positiv effekt på personer med AST, efter vad informanterna nämner nedan.

“Och vi som personal, personen som kör kanske också slappnar av på ett annat sätt och då, för vi över, det här med affektsmitta, det smittar ju av. Om X var jättestressad hade jag ju svårt att vara hur lugn som helst, det var ju klart att jag kände en stress. Men fick jag bara andas, så släppte det ju oftast för X också. Det smittade av sig.” (Informant A)

Informant A tar upp hur duktiga personer, som informanten har arbetat med, varit på att läsa av personer i sin närhets sinnesstämning. Det menar informanten kan vara en annan orsak till att situationen i bilen fungerar. Ifall en anhörig eller vårdare upplever en miljö som stressande, kan det i så fall leda till att miljön uppfattas stressig även för personen med AST. I bilen kan den anhöriga eller vårdaren ta kontroll över situationen och behöver inte tänka på andra människors reaktioner, oförutsägbara situationer som kan uppstå eller andra händelser som kan skapa oro. Kunskapen blir intressant ur landskapsarkitekturens perspektiv. Det tyder nämligen på att miljöer som den anhöriga eller vårdaren trivs i och uppskattar, även skulle kunna uppskattas av personen med AST. Informanten nämner även att gestaltning med rum-i-rum skulle kunna användas som avledningsmanöver. Det skulle göra det möjligt avskärma några sinnesintryck.

“Ens egen sinnesstämning kan också smitta av. Personer med autism är duktiga på att läsa av den man går bredvid. Ibland när man går in i botaniska trädgården kan det bli “oj, här är så mycket grejer att titta på, och det är lite som att man “men ska jag verkligen gå här?”. Att man har tryckt in lite för mycket grejer på för liten yta. Och det smittar ju av sig på den man går bredvid. Särskilt om man är autist.”
(Informant D)

Informant D berättar på liknande sätt som informant A, att personer med AST kan vara duktiga på att läsa av personen bredvid. Även Informant B tar upp att den egna uppfattningen av en miljö kan påverka brukarens. Båda informanterna beskriver att det ändå kan vara väldigt svårt att förstå vad som är orsaken till ett stresspåslag och att lösningen på problemet ofta är individuellt. Landskapsarkitekturens roll kan vara att försöka förstå vilka sinnesintryck som finns i miljön och den egna upplevelsen under besöket på platsen. Det beskriver även hur viktigt det är att besöka en plats som en ska vara med och förändra.

GRÖNA MILJÖER

Flera studier visar att gröna miljöer medför många fördelar för människors mentala hälsotillstånd (Kaplan 1995, Hartig et al. 2014, Hartig 2005, Barakat et al. 2019). Forskning har även visat att landskap som efterliknar savannen uppskattas högre än andra miljöer (Heerwagen & Orians 1995, Barakat et al. 2019). Dessa miljöer uppfattas som lättare att förstå, vilket i förlängningen ger en trygghet hos människan.

VARFÖR TROR DU ATT GRÖNA MILJÖER ÄR BRA? TROR DU ATT DET ÄVEN STÄMMER FÖR PERSONER MED AST?

“Jag tror att gröna miljöer är bra för oss för att grön är en harmonisk färg, och också en färg vi ser bäst utav alla. En park kan man göra på många sätt, bänkar, blommor, gräs och i kombination med den friska luften har den en stor inverkan på hur vi alla mår.” (Informant A)

Rikard Küller (1995) menar att färgen grön har en lugnande effekt, något som även Informant A tar upp. Informanten bekräftar uppgifterna i litteraturen om att naturliga miljöer har en positiv inverkan för hur vi människor mår och menar att hen inte upplevt att det skiljer sig för personer med AST.

“Gröna miljöer följer väder och vind och ger på så sätt ro. Gröna miljöer är levande, det tror jag gör gröna miljöer bra.” (Informant B)

Informant B bekräftar även Bakarath et al.s (2019) studie att platser som uppfattas levande med exempelvis fåglar och bin kan vara rogivande. Informanten poängterar att gröna miljöer är levande och drar slutsatsen att detta troligen gör gröna miljöer särskilt kompatibla för återhämtning.

“Det här med att gå tillbaka evolutionsbiologiskt tycker jag är otroligt spännande, för som sagt det finns ju ett skäl till varför vi mår bra framför en knastrande spis liksom.” (Informant C)

Enligt evolutionspsykologin är skälet till att människan trivs i vissa miljöer bättre än andra, en konsekvens av evolutionen. Litteraturgenomgången visar tydliga paralleller mellan slutsatserna inom miljöpsykologi, evolutionspsykologi samt vilka miljöer som personer med AST skulle kunna föredra. Vi blir påverkade av miljöerna vi befinner oss i och det kan därför vara en intressant forskningsteori att undersöka närmre för landskapsarkitekter som gestaltar utomhusmiljöer där människor lever och vistas i.

“Idag när trädgårdarna försvinner, den här tillgängligheten till natur och park som ska beredas till alla, oavsett funktionsnedsättning eller annat.” (Informant C)

Informant C, som tidigare nämnde problematiken med för få bostäder samt viljan att inte bygga på åkermarken i Skåne, tog även upp vikten av tillgång till natur och parker. Informanten tycker att de offentliga parkerna och grönområdena bör beredas till alla och att tillgång och närhet till gröna miljöer, kan vara ännu viktigare om trädgårdarna försvinner.

“Så att allt det vi spånar kring nu, för personer med funktionsnedsättning, tror jag att väldigt, väldigt, väldigt många andra skulle uppskatta jättemycket! /.../ Man mår ju väldigt bra av att vara ute i naturen!” (Informant C)

“Gröna miljöer är mer avskalade.” (Informant D)

Samtliga informanter berättade att gröna miljöer och parker var platser som de, i sällskap med personer med AST, ofta besöker under stressiga perioder. Gröna miljöer ansåg informanterna vara mer avskalade än många andra miljöer, vilket kan resultera i att sinnena får möjlighet till vila. Informanterna menar dock att bara för att en miljö har grönska betyder det inte att den har återhämtande egenskaper utan andra parametrar, såsom rumsligheten, har stor betydelse.

UPPLEVER DU GRÖNA OMRÅDEN TRYGGA?

Frågan ställdes med avseende på om grönområden upplevs trygga under kvälls- och nattetid, eftersom trygghetsaspekten var något som togs upp av några informanter kring gestaltningskonceptet rum-i-rum.

“Ja, det tycker jag. Men det är också för att jag som assistent eller som anhörig har planerat att det ska vara tryggt, men sen kan ju allting hända. Till exempel att det inte finns toaletter eller att toaletterna är låsta. Då kan det ju skapas en otrygg situation, då hänger det lite på den som är med individen att försöka lösa problemet. Sen är det ju synd att man ibland måste planera så många steg i förväg.” (Informant D)

Informant D tolkade dock frågan på ett annat sätt. Informanten tolkade frågan utifrån tryggheten i miljön under dagen. Här lyftes bristen på offentliga toaletter fram som något som kan skapa en otrygg situation. För att våga besöka offentliga parker eller grönområden, kan det vara viktigt att nödvändiga faciliteter finns tillgängliga.

“Sen ska jag säga, när man säger det här rum-i-rummet, tyvärr är den bittra sanningen att på kvällarna och på helgerna, för vi har ju byggt upp sådant på förskolor där jag har varit, i nutid. När man kommer på måndag morgon så måste man gå ut och titta noga, så att det inte ligger kanyler, cigarettfimpar, ölburkar, ölfaskor eller liknande i rummen. /.../ Men det ska väl egentligen inte vara några problem att städa upp efter det. /.../ Man kan inte bygga något mot hur det är, man måste ju bygga mot något bra känner jag.”

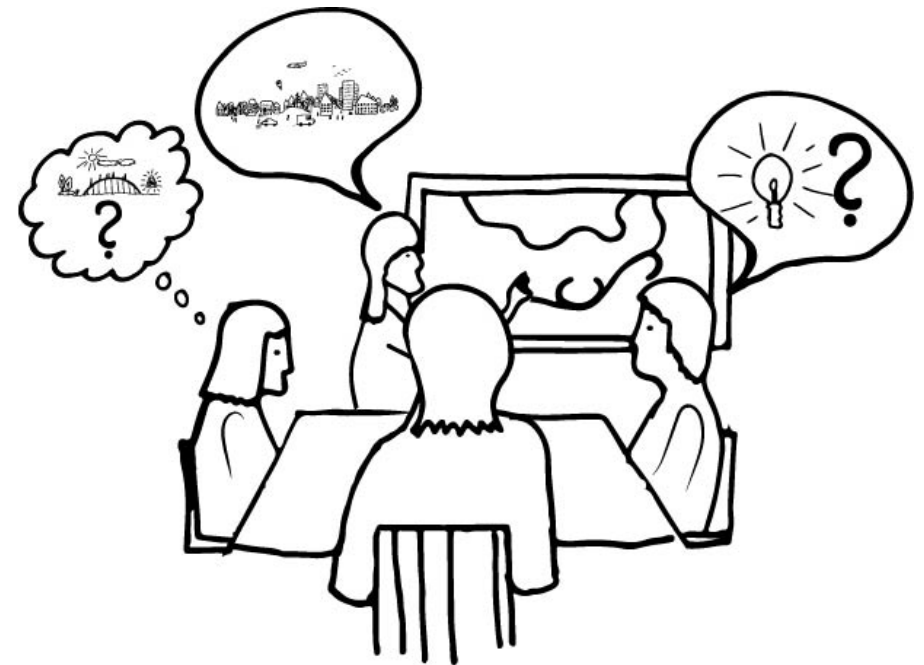
(Informant B)

Tryggheten var något som samtliga informanter framhöll. De var alla överens om att gestalta efter principen rum-i-rum kan bidra med otrygga parker och grönområden under kvällstid. Trots detta så menade de att fördelarna dagtid med en sådan gestaltning överväger. Som Informant B nämner ovan kan gestaltningen rum-i-rum användas inte bara som ett pausrum, utan även som ett gömställe för personer att ha som tillhåll. Det bör enligt informanten inte vara en anledning att inte utveckla konceptet.

SLUTSATSER INTERVJUER

- o För personer med AST kan kombinationen av för många sinnesintryck vara orsaken till att miljön upplevs stressande. Endast ett starkt intryck kan vara lättare att hantera.
- o Personer med AST hör ofta alla ljud i miljön lika högt. Ett ljud som andra inte reagerar på i miljön kan vara vad som leder till sensorisk överbelastning för en person med AST.
- o Personer med AST är ofta överstimulerade och kan behöva att miljön erbjuder möjligheter till mental återhämtning.
- o För mycket människor i en miljö kan upplevas krävande och kan påverka hur mycket personer med AST vistas i gröna utomhusmiljöer.
- o Möjligheten att interagera med miljön såg samtliga informanter är något som skulle kunna gynna personer med AST. Det gör det möjligt att kunna känna in platsen med fler sinnen än synen.
- o Skyltar i gröna miljöer rekommenderas **inte** av informanterna, det skapar mer intryck att hantera och kan dessutom stoppa kreativiteten.
- o Målpunkter eller aktiviteter kan behövas för att en person med AST ska förstå syftet med att gå ut. Vilken målpunkt eller aktivitet är, som för alla andra, individuellt och kräver god dialog med personer som bor eller verkar i området.
- o God tillgång till nåbara park- och grönområden. Storleken är även en viktig aspekt för möjligheten att kunna dra sig undan inom miljön om sinnesintrycken blir för många.

- o Lekmiljöer/ lekplatser med lekredskap anpassade för vuxenkroppar efterfrågas av informanterna.
- o Oförutsägbara handlingar eller händelser är något som ofta leder till stress. Starka ljud och närvaron av andra människor är också aspekter som informanterna beskriver.



DESIGNASPEKTER

Designaspekterna presenteras i tre avsnitt. Första avsnittet presenterar vad som kan uppfattas som svårt i den byggda miljön för personer med AST. Det andra avsnittet presenterar vad landskapsarkitekter kan bidra till vid arbete med planering, för att skapa tillgängliga gröna utomhusmiljöer för personer med AST. Det tredje avsnittet presenterar aspekter vid gestaltning som landskapsarkitekter kan bidra till för att skapa tillgängliga gröna miljöer för personer med AST.

Designaspekterna som presenteras ska ses som riktlinjer, **inte** som lösningar för alla platser och individer.

VAD SOM KAN UPPFATTAS SVÅRT I DEN BYGGDA MILJÖN FÖR PERSONER MED AST

ATT MILJÖN INTE MÖTER FÖRVÄNTNINGEN

För personer med AST kan det vara viktigt att miljön möter förväntningen. Det kan vara oerhört svårt då en exempelvis inte kan styra eller veta hur många människor som kommer vara i miljön den dagen.

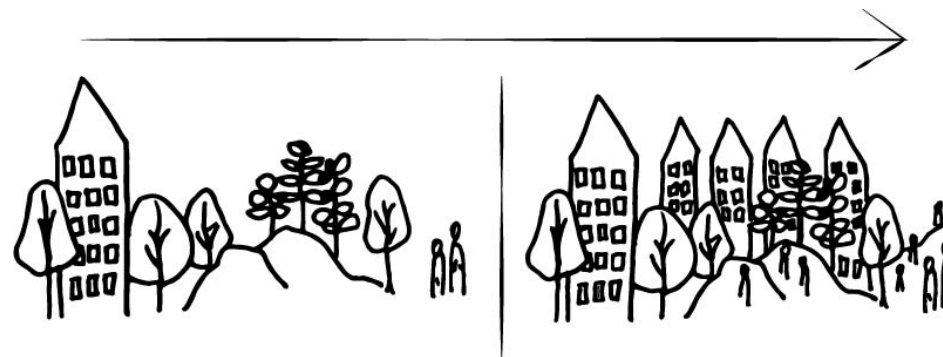


Figur 2: Skissen visar på hur samma miljö kan upplevas under två olika dagar. I den högra skissen syns en skolklass som inte var där dagen innan. 2020-12-10

FÖRÄNDRINGAR I MILJÖN

Förändringar i miljön kan upplevas som svåra och kan då skapa stress. Det är en aspekt som är svår för landskapsarkitekter att påverka men samtidigt en viktig aspekt att förstå. En situation som gör att aspekten trots allt är relevant för landskapsarkitekter, är exempelvis medborgardialoger. Genom att vara medveten om svårigheten ges landskapsarkitekten ett annat utgångsläge till tolkning av informationen som uppkommer samt till att vara mer lyhörd för information.

En annan aspekt är att förstå **vad** i miljön som bidrar till identiteten och **varför**. Hur namnges miljön i vardagligt språkbruk? Är något element eller annan aspekt i miljön karaktärsskapande? Hur kan miljön bibehålla sin karaktär (om det är önskvärt för de som bor och verkar i området)?



Figur 3: Skissen visar hur en miljö förändras över tid. 2020-12-10

ÖVERBELASTNING AV SINNESINTRYCK

Personer med AST kan vara överkänsliga mot alla typer av sinnesintryck. Små uttryck av störande moment kan göra att miljön uppfattas otrygg, vilket kan leda till stress hos individen. Visuella intryck som andra människors närvaro, ljus eller rörelse kan även leda till stress. För landskapsarkitekter är det exempelvis svårt att påverka hur många människor som befinner sig i en miljö. Genom gestaltningen kan landskapsarkitekter ändå påverka hur miljön *kan* användas. Hur kommer rörelsemönstret troligvis vara? Hur är rumsbildningen i miljön? Vilka sinnesintryck finns eller tillkommer genom föreslagen gestaltning?

Landskapsarkitekter kan genom sitt arbete skapa goda förutsättningar för att personer med AST ska uppleva miljön som trygg, men kan ha svårt att säkerställa att behovet tillgodoses.

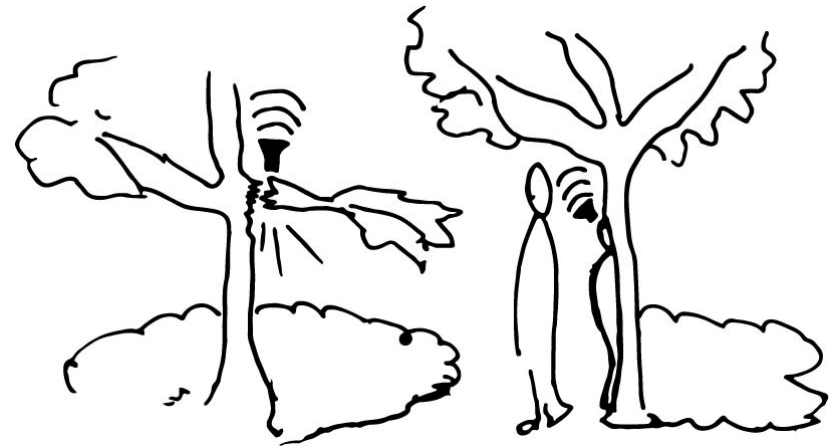


Figur 4: En miljö där många människor är närvarande kan upplevas som stressig. 2020-12-09

PLÖTSLIGA OCH OFÖRUTSÄGBARA HÄNDELSER

Oförutsägbara störningar kan handla om plötsliga ljud, exempelvis parkskötsel, starka dofter eller att en miljö plötsligt fylls av många människor. En oförutsägbart störning, handling eller situation är en förändring och är något som kan vara särskilt stressande för personer med AST.

Hur kan landskapsarkitekter bidra? Genom att vara medveten om att plötsliga och oförutsägbara händelser kan upplevas stressande för en grupp människor i samhället kan landskapsarkitekter utvärdera sin gestaltning utifrån vetskapen. Examensarbetet ger förslag på åtgärder som landskapsarkitekter kan bidra med i nästkommande två avsnitt. Förutom förslagen kan det vara en aspekt att ta med exempelvis vid medborgardialoger eller arbete med skötselplaner.



Figur 5: Skissen visar två plötsliga händelser. Till vänster knäcks och faller en gren från ett träd, till höger skriker någon högt i bakgrunden. 2020-12-10

ASPEKTER FÖR STADSPLANERING

INKLUDERA ALLA

Genom att inkludera samhällsmedborgare att tycka till kan värdefull information samlas in. För landskapsarkitekter är det viktigt med en god inventering av området, för att få en förståelse för målgruppen, ifall det exempelvis finns ett särskilt boende (boendeform för omvårdnad och service) i närheten.

God kommunikation med de boende i ett tidigt skede, kan även leda till en ökad förståelse för vilka personer som bor och/ eller verkar i området. Det kan stärka förståelsen för platsen, dess förutsättningar och förväntningar på förändringen. Dessutom kan det för personer med AST vara ett sätt att hantera en kommande förändring.



Figur 6: Skissen vill förmedla att det är viktigt att låta alla vara delaktiga och få tycka till. 2020-12-09

GOD TILLGÅNG TILL PARK- OCH GRÖNOMRÅDEN

När park- och grönområden prioriteras bort i syfte att bygga bostäder, kontor eller andra verksamheter minskar ytor för utevistelse för alla människor. För personer med AST, som ofta upplever andra människors närvaro som stressande, kan färre gröna utomhusmiljöer bidra till att det upplevs svårare att vistas utomhus. Konsekvensen kan leda till att personer med AST inte kan delta i samhället på lika villkor som andra människor, något som bland annat går emot Sveriges åtagande genom FN:s konvention om rättigheter för personer med funktionsnedsättning.

Landskapsarkitekter kan bidra genom att poängtera för beslutsfattare att god tillgång till park- och grönområden kan vara en del av arbetet för delaktighet och inkludering.



Figur 7: Skissen vill förmedla god tillgång på park- och grönområden. 2020-12-10

NÄRHET TILL PARK- OCH GRÖNOMRÅDEN

Korta avstånd till park- och grönområden kan gynna personer med AST. Det skapar en möjlighet till att oftare vistas i gröna områden, som visat sig ha positiva effekter på både fysisk- och mental hälsa. Dessutom kan det lugna personer med AST att det är nära tillbaka till bostad, skola eller annan plats om situationen blir stressande. Enligt denna studie kan det också bidra till att våga besöka miljön igen, trots att den upplevdes obehaglig vid förra besöket.



Figur 8: Skissen visar en park eller grönområde som ligger nära ett ställe som personen ofta befinner sig på. 2020-12-09

STORLEKEN PÅ PARK- OCH GRÖNOMRÅDEN

Det räcker inte att tillgodose god tillgång till park- och grönområden i en stad. Denna studie har visat att storleken på parker och grönytor kan vara en viktig förutsättning för personer med AST. Storleken bidrar till möjligheten att kunna dra sig undan inom miljön, utan att behöva lämna platsen eller miljön.



Figur 9: Skissen visar på hur storleken kan bidra till möjligheten att dra sig undan. 2020-12-07

AKTIVITET ELLER MÅLPUNKT - SYFTE ATT GÅ UT

Personer med AST kan behöva ett syfte för att vilja gå ut i gröna utomhusmiljöer. Det kan vara svårt att förstå varför en ska göra något utan ett syfte.

Landskapsarkitekter som arbetar med planering kan försöka tillgodose god tillgång till aktiviteter eller målpunkter. Vilka sorters aktiviteter som skulle uppskattas av personer med AST är som för alla andra individuellt. Gällande denna aspekt krävs en god dialog med personer som bor och verkar i området.

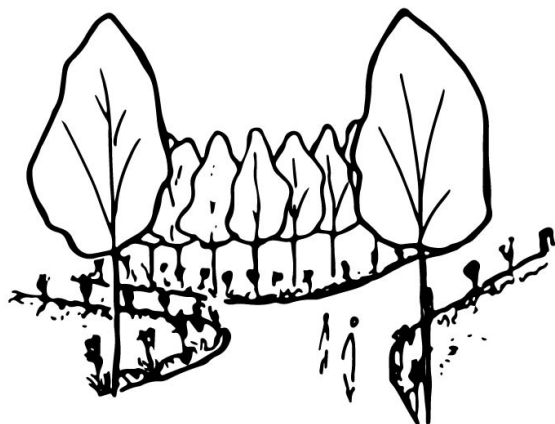


Figur 10: Skissen visar att en person med AST får ett mål med promenaden. Skissen visar även hur ett schema kan behövas för att förklara vad som är tänkt att hända. 2020-12-09

ASPEKTER FÖR GESTALTNING

ORIENTERBARHET

För att skapa goda förutsättningar för personer med AST att trivas i miljön kan logiska entréer, läsbara flytande gångvägar och repetitiva element i miljön vara viktiga. Genom att skapa en god orientering, bidrar miljön till en mer förutsägbar situation, vilket kan vara viktigt för personer med AST.



Figur 11: Skissen visar flytande gångstråk och hur återkommande element, i form av vegetation, kan skapas. 2020-12-07

RUM-I-RUM

En yta som gestaltas med möjlighet att dra sig undan, kan vara en viktig aspekt för att personer med AST ska trivas i en miljö. Den kan ge möjlighet till paus för att sortera sinnesintryck, eller att få vistas i ett socialt sammanhang på sina egna villkor.

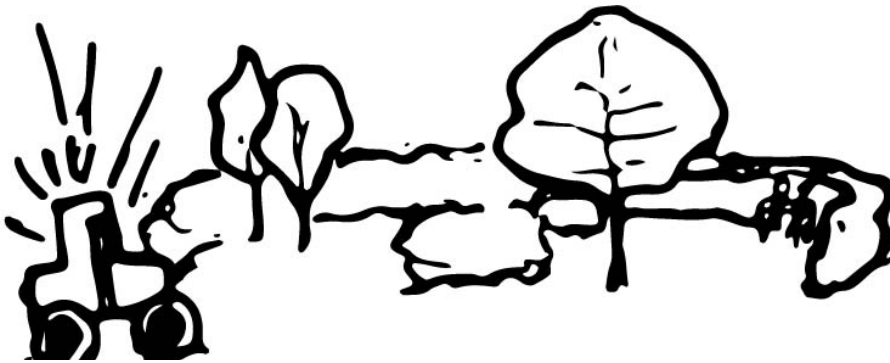
Genom att använda konceptet rum-i-rum kan utblickar skapas samtidigt som pausrum bildas. Rummen får med fördel även skydd mot sol, vind, värme och kyla och omslutas av vegetation. Att miljön upplevs som trygg är dock en viktig aspekt att beakta.



Figur 12: Skissen visar, längst till höger, hur ett rum-i-rum koncept kan se ut.

OFÖRUTSÄGBARA STÖRNINGAR

Landskapsarkitekter och andra som beslutar om eller arbetar med gestaltning av utomhusmiljöer, kan försöka att i största mån gestalta miljöer som är fria från oförutsägbara störningar. Som tidigare nämnts kan det gälla starka plötsliga sinnesintryck eller andra oförutsägbara situationer som kan uppkomma. Det kan vara en svårt att åstadkomma genom gestaltning men exempelvis kan sittmöbler placeras så att miljön blir överskådlig och god belysning, under dygnets mörka timmar, kan bidra till att lättare upptäcka händelser i miljön. Dessutom kan en genom gestaltning påverka var skötselfordon kör in och ut ur miljön.



Figur 13: Skissen visar ett exempel på en oförutsägbart händelse i en grön miljö.

VÄXTVAL

Växter med mjuk textur som inbjuder till interaktion kan med fördel användas. Växter som gynnar exempelvis bin och fjärilar kan bidra till att platsen upplevs levande och trygg.

Växter med lugna palettfärger och låg kontrast kan inge ett lugn och i förlängningen minska stressen i miljön för personer med AST.

Växtens doft är en aspekt som också kan vara viktig att förstå. Finns andra dofter närvarande i miljön? Är doften viktig för gestaltningen?

Landskapsarkitekter bör tänka på vilken karaktär av den valda växten som är viktig för gestaltningen. Finns det en växt som tillgodoser vad gestaltningen vill uppnå men inte tillför oönskade sinnesintryck till miljön?

Detsamma gäller ljud. Tillför växten något ljud i miljön? Är växten placerad i ett vinddrag? Är placeringen genomtänkt?

För landskapsarkitekter är det inte bara viktigt att beakta karaktären av den valda växten utan också hur den fungerar i sammanhanget.



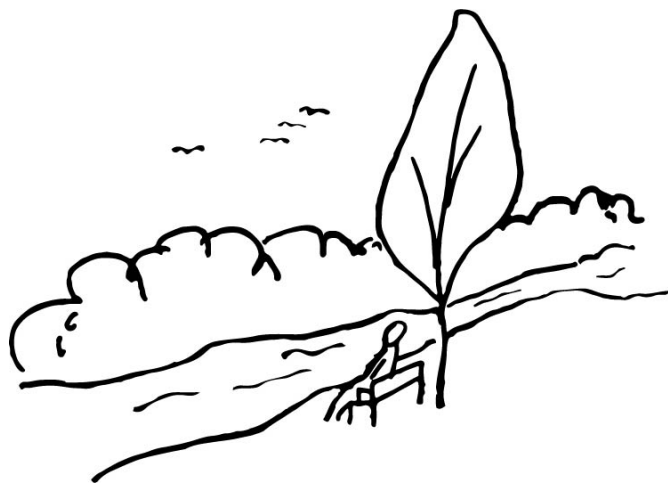
Figur 14: Skissen visar en person som interagerar med växtligheten. Fjärilar och bin är närvarande i miljön. 2020-12-07

VATTNELEMENT

Vattnelement får enligt denna studie gärna förekomma. Det viktiga är dock att tänka på hur vattnelementet upplevs i miljön. För att uppnå en lugnande effekt bör vattnet ”flyta” fram långsamt.

Ljudet av vattnelement kan för personer med AST, enligt denna studie, associeras med att vilja bada. Det kan leda till att miljön inte möter förväntningen och kan då i sin tur leda till en stressig situation.

Endast närvaron av vattnelement behöver alltså inte vara positivt utan det är hur det påverkar sinnesintrycken i miljön som är det viktiga.



Figur 15: Skissen visar vatten som flyter fram, med möjlighet att slå sig ner på en bänk. 2020-12-09

UTFORMA LEKUTRUSTNING FÖR VUXENKROPPAR

Vuxna personer med AST kan tycka om att leka. Landskapsarkitekter kan arbeta för att uppmärksamma att lekutrustning bör kunna användas av vuxenkroppar även genom gestaltningen kan landskapsarkitekter ta hänsyn till att även vuxna kan uppskatta lekmiljöer. Enligt denna studie är det en viktig aspekt för arbetet med inkludering och med att skapa förutsättningar för delaktighet.

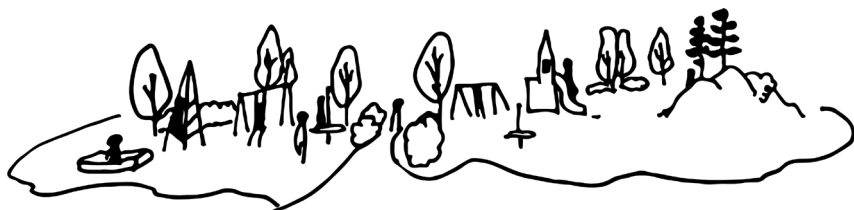


Figur 16: Skissen visar en anlagd lekmiljö/ lekplats där vuxenkroppar kan leka. 2020-12-10

GOD TILLGÅNG TILL LEKREDSKAP

Det får med fördel finnas mer än en anlagd lekplats eller lekmiljö i grönområdet. Med fler människor, färre och mindre park- och grönområden i staden ökar trycket på befintliga grönområden. För personer med AST som kan uppskatta att leka i anlagda lekmiljöer blir det svårt om många andra samtidigt nyttjar miljön.

Enligt studien får det gärna finnas två anlagda lekmiljöer men det bör utredas vidare. Är det redskapen eller miljön som är det intressanta? Skulle utspridda redskap i hela miljön fylla samma syfte? Bör lekmiljöerna utformas med olika karaktärer?



Figur 17: Skissen visar två anlagda lekmiljöer/ lekplatser. Medför att fler får möjlighet till att använda lekredskap. 2020-12-10

- BLANKSIDA -



DISKUSSION & SLUTSATSER

I följande del diskuteras examensarbetets resultat, teoretiska perspektiv, valda metoder och intressanta synvinklar att utveckla genom vidare forskning.

DESIGNASPEKTER

Syftet med examensarbetet var att undersöka vad landskapsarkitekter behöver ta hänsyn till för att tillgängliggöra gröna utomhusmiljöer för personer med AST. Frågeställningarna "Vad kan uppfattas svårt för personer med AST i den byggda miljön?" och "Hur kan landskapsarkitekter bidra till att skapa tillgängliga gröna utomhusmiljöer för personer med AST?" besvarades med ett antal designaspekter som baseras på vad som framkommit under litteraturgenomgången och intervjuerna.

Personer som diagnostiserats med AST beräknas vara mellan 1–2% av befolkningen (Atladottir et al. 2015, American Psychiatric Association 2016). Är 1–2% tillräckligt många för att ingå i "så många som möjligt" som nämns i litteraturen (Boverket 2019, Socialdepartementet 2008:12, 13)? I vilket fall finns det aspekter som enligt forskningen skulle gynna många av oss och alltså inte är specifika för just den här gruppen. Exempelvis har forskningen tagit upp att en konsekvens av förtätningen kan vara fler störande moment såsom buller och trafik som kan resultera i stressiga miljöer för alla människor, inte endast för personer med AST. Detta innebär att planering och gestaltning i många fall inte behöver vara en "specialanpassning" för just denna grupp utan reducering av störande moment skulle gynna alla. Dessutom har många av aspekterna som tagits upp, gällande gestaltning för personer med AST, visat sig ha kopplingar till psykiskt välmående för alla människor. Aspekter som kan gynna mental hälsa som både Kaplan och Kaplan (1993, 1995) och Grahn (2005) tar upp visar även denna studie kan vara positivt för personer med AST. Samtidigt finns det en viktig skillnad, nämligen att vi som inte tillhör gruppen ofta har en högre tålighet än vad personer med AST har vad gäller olika sinnesintryck och händelser.

Jag har i studien valt att arbeta med en relativt generell definition: "personer med AST". Gruppen är naturligtvis i själva verket inte särskilt enhetlig utan består av individer med olika typer av svårigheter och behov. Exempelvis påpekar informanterna att en individ kan uppfatta en gräsklippare som intressant och en annan kan uppfatta den som skämmande. Samtidigt visar forskningen att många inom gruppen delar svårigheter som exempelvis känslighet för ljud, oförutsedda situationer och plötsliga händelser, vilket gör att det finns en allmängiltighet och att det går att dra en del generella slutsatser angående preferenser för utformning av gröna utomhusmiljöer för gruppen "personer med AST".

DESIGNASPEKTERNAS TILLÄMPLIGHET

Samtliga aspekter kräver en god analys och förståelse av miljön landskapsarkitekten arbetar med. Ett antal designaspekter handlar om miljöns sinnesintryck och vissa kan upplevas lättare att lösa än andra. För landskapsarkitekter är det exempelvis svårt att påverka hur många människor som befinner sig i en miljö. Vår byggda miljö ska nämligen utformas så att så många människor som möjligt kan nyttja den. Gröna utomhusmiljöer, såsom parker eller andra grönområden, används i flera syften av personer i samhället. Exempel är träning, rastning av hundar eller olika typer av sociala tillställningar. Det landskapsarkitekter främst kan göra är att ta hänsyn till vilka sinnesintryck som finns i miljön och undersöka vilka som tillkommer genom deras arbete. Dessutom har detta arbete visat att en gestaltning som främjar interaktion med platsen kan maskera de obehagliga intrycken i miljön. Ur den aspekten är kravet för att gestalta en tillgänglig miljö för personer med AST inte att avlägsna alla sinnesintryck utan istället handlar det om att förstå hur de kombineras och på vilket sätt de olika intrycken påverkar helhetsintrycket.

En av designaspekterna beskriver konceptet rum-i-rum som kan fungera som ett hjälpmedel för att sortera sinnesintryck i miljön. Dessutom skapas möjligheter att befinna sig i ett socialt sammanhang på sina egna villkor vilket enligt min uppfattning skulle kunna uppskattas av alla människor. Under intervjuerna diskuterades trygghetsaspekten i konceptet. Informant B framhöll att det kan upplevas obehagligt att röra sig i miljöer som inte är överblickbara. Ur det perspektivet kan aspekten istället uppfattas obehaglig. En utveckling av designaspekten kan med fördel genomföras för att förstå hur aspekten både kan fungera som en reträttplats samtidigt som miljön fortfarande upplevs överblickbar och trygg.

En aspekt som kom fram under intervjuerna, men som inte berörts i den litteratur jag tagit del av, var lekredskap anpassade för vuxna. Under intervjun ställde informanten frågan till mig om jag trodde att utformning av lekredskap för vuxenkroppar skulle kunna vara något som människor i samhället inte skulle uppskatta. Frågan ställdes ur perspektivet att personer med AST kanske kan upplevas "läskiga" för barn. Studiens resultat sätter på så sätt konkret ljuset på frågor om hur vi ska samsas i olika offentliga miljöer, hur vi ser på funktionsvariationer och hur enkelt vi i vårt arbete kan exkludera en grupp människor. Samtidigt finns det säkerhetsaspekter som måste beaktas och kan på så vis försvåra anpassning av lekredskap för vuxna. Ur det perspektivet måste vi dels fundera över vilka lekredskap som skulle kunna säkerställas oberoende vem som använder redskapen, dels om det är möjligt att utforma lekredskap som inte går att använda själv av små barn och på så sätt kunna anläggas med säkerhet i en miljö där även de befinner sig. En annan lösning vore att separera lekmiljöer beroende på åldersanpassning och lekredskap. Med detta ser jag dock en problematik eftersom vuxna personer med AST redan ofta är dåligt integrerade i samhället (American Psychiatric Association 2016:31–35) och separerade lekmiljöer kan försämra känslan av tillhörighet vilket i förlängningen leda till social isolering. Dessutom tror jag att flertalet vuxna inte upplever ett behov av att ha tillgång till anpassade lekredskap, vilket i värsta fall skulle leda till att det bortprioriteras. Med detta sagt finns det inget enkelt svar på hur utformning av lekredskap bör utformas men har, enligt denna studie, visat sig vara något som behöver undersökas vidare.

KONFLIKTER, AVVÄGNINGAR OCH PARALLELLER

Trots att studiens resultat i stora drag visats kunna gynna många människor kan det uppkomma konflikter eftersom alla individer har olika behov och preferenser. För att förstå hur vi kan skapa en stad som alla kan bo och verka i utgår vi vanligtvis från vilka behov som kan vara gemensamt för en grupp individer. Exempel på olika grupper som vi ofta ser anpassningar för är äldre, barn och unga och personer med nedsatt rörelse- och/eller synförmåga. Det kan även förekomma direkta konflikter mellan olika grupper, exempelvis hur starka sinnesintryck såsom ljud av vatten och starka dofter kan höja värdet av en miljö för personer med nedsatt synförmåga men samtidigt, enligt denna studie, missgynna gruppen "personer med AST", som kan vara överkänsliga mot dessa typer av stimuli. Landskapsarkitekter tvingas hela tiden genom sin profession att välja vilken grupp som ska ha företräde i olika frågor. Hur vi ska lyckas åstadkomma en gestaltning som möter allas behov i alla projekt ser jag som en omöjlig sak att lösa, men jag anser att det är viktigt att vi är medvetna om att vi genom att inkludera en grupp samtidigt kan exkludera en annan.

Flera av arbetets aspekter berör hur prioriteringen av stadens ytor bör vara för att gynna "personer med AST". Förtätning används för att möta en ökad befolkning samt att fler och fler väljer att bo i städerna, vilket är nödvändigt att ta hänsyn till. Metoden står dock enligt min tolkning, i denna studie, i konflikt med begreppen "tillgänglighet" och "gestaltning för alla". Arbetet har inte valt att fokusera på förtätningens konsekvenser men trots det så tangerar metoden i praktiken en stor del

av arbetets föreslagna designaspekter. Min förhoppning är att även gruppen ”personer med AST” får en plats i frågan om förtätningens konsekvenser och att tillgänglighetsfrågan i stort betraktas ur ett större perspektiv än vad den upplevs göra idag (med anpassning av utomhusmiljön med synstråk, ramper och andra direkta fysiska anpassningar). Med detta sagt vill jag inte på något sätt förringa behovet som vissa grupper har angående fysiska anpassningar i miljön eller att förtätning medför vissa fördelar, min förhoppning är inte mer än att begreppet ”tillgänglighet” ska betraktas och mötas ur ett bredare perspektiv.

VIDARE FORSKNING

Studien är av en generell karaktär och inga konkreta förslag presenteras. I samtliga designaspekter finns det utvecklingspotential för vad gruppen ”personer med AST” skulle kunna uppskatta men även hur designaspekterna skulle kunna sammanvägas med andra gruppers behov. Ett uppföljande projekt kan kritiskt granska de styrande dokument och handböcker som landskapsarkitekter arbetar efter och därigenom konkretisera hur designaspekterna skulle kunna appliceras vid utformning av utomhusmiljöer. Dessutom får ett uppföljande projekt gärna lyfta in granskning av befintliga miljöer som haft ambitionen att vara gynnsamma för personer med AST men även andra typer av offentliga grönmiljöer. Jag ser gärna att personer med neuropsykiatriska funktionsvariationer, som innefattar fler diagnoser än endast AST och då också fler individer i samhället, får ta en större plats i framtida projekt med fokus på social hållbarhet.

TEORETISKA PERSPEKTIV & METODER

Examensarbetet har utgått från två teoretiska perspektiv. Evolutionspsykologin med savanteorin och miljöpsykologin med Kaplan och Kaplans ”Attention Restoration Theory” och Grahn’s åtta parkkaraktärer. I följande avsnitt diskuteras inledningsvis vilken påverkan perspektiven har haft på examensarbetet. Därefter diskuteras examensarbetets valda metoder, för- och nackdelar samt hur metoderna har påverkat resultatet.

EVOLUTIONSPSYKOLOGI

Eftersom AST har en neurobiologisk grund som påverkar hur hjärnan bearbetar information var min bedömning vid starten av arbetet att evolutionspsykologi kunde vara ett intressant perspektiv för undersökningen. Under arbetets gång har jag upplevt att savanteorin har stärkt mitt sätt att tänka på personer med AST som alla andra. Ur den aspekten anser jag att teorin kan vara intressant inom ämnet landskapsarkitektur eftersom resultatet av arbetet urmynnar i att miljöer som personer med AST kan trivas i och uppskatta även skulle uppskattas av människor utan diagnosen. Vi talar om tillgänglighet, specialutformningar och anpassningar. Trots att begreppen bör uppfattas positivt, genom att utgångspunkten är att utforma för alla, finns ändå en exkludering i begreppen. Som nämnts inledningsvis i bakgrunden för arbetet ska målsättningen, enligt FN:s konvention om rättigheter för personer med funktionsnedsättning, vara att så mycket som möjligt i samhället övergår till att utformas ”universiellt”, det vill säga så att inga anpassningar krävs (Socialdepartementet 2008: 29–30). Det är ett välvilligt mål men kan det istället leda till ointressanta miljöer? Hur kan vi lyckas gestalta bra och intressanta miljöer för alla?

Det kan tyckas konstigt att de sinnen vi har idag egentligen utvecklades under tiden vi bodde på savannen men faktum är att tiden människan levte i urbana miljöer är synnerligen kort. Forskning inom evolutionspsykologin anser att några påtagliga evolutionära förändringar inte har skett och att det påverkar vilka platser och miljöer vårt sinne är utvecklat för att hantera. Det kan vara en förklaring till varför urbana miljöer av många uppfattas som stressande (Orians & Heerwagen 1995). Enligt Kaplan och Kaplans ”Attention Restoration Theory” (1993, 1995) är ”att komma

bort” en viktig faktor för möjlighet till vila och mental återhämtning. De menar att gröna miljöer är platser dit människan kan fly vardagens aktiviteter och åtaganden. Ur den aspekten kan förklaringen till att gröna miljöer har positiva effekter på mental hälsa vara att vi associerar gröna miljöer med ledighet. I vilket fall har det teoretiska perspektivet påverkat mitt sätt att gå igenom och identifiera källornas relevans för arbetets frågeställningar och hur de använts som verktyg för analysarbetet vid framställningen av designaspekterna.

MILJÖPSYKOLOGI

Eftersom jag har en person i min närhet med AST som både är sensoriskt överkänslig och som lätt blir stressad av olika situationer, förändringar och handlingar gjorde jag tidigt valet att lyfta in miljöpsykologin som ett teoretiskt perspektiv i arbetet. Gröna miljöer har visat sig ha positiva effekter på den personens fysiska- och mentala hälsa vilket jag trodde skulle utmynna i faktorer även gynnsamma för andra personer med AST.

Valet av Grahns ”åtta parkkaraktärer” och Kaplan och Kaplans ” Attention Restoration Theory” gjordes eftersom jag såg att de nämndes i större delen av litteraturen som jag gick igenom inom ämnet miljöpsykologi. Deras teorier användes för att identifiera och analysera källornas relevans för arbetets formulerade frågeställningar och om miljöer som gynnar mental hälsa kan påverka hur tillgänglig en plats är för vissa människor. Teorierna föreslår att mental utmattning kan förbättras genom att spendera tid i gröna miljöer. Diagnosen AST påverkar hjärnans sätt att bearbeta information och personer med AST kan vara överkänsliga för vissa typer av sinnesstimuli i den omgivande miljön (American Psychiatric Association 2016:23–24). Ur den aspekten bidrog teorierna till att analysera begreppet ”tillgänglighet” i en mental kontext och för att ta fram föreslagna designaspekter. Dessutom kompletterade teorierna arbetets andra teoretiska perspektiv, evolutionspsykologin, ur aspekten att tänka på personer med AST som alla andra.

LITTERATURGENOMGÅNG

I examensarbetet har resultatet grundlagts via en litteraturgenomgång. För att få en förståelse för vilka förutsättningar och aspekter som kan vara viktiga i gröna utomhusmiljöer för personer med AST, var första steget att undersöka diagnosen. En nackdel av att inrikta arbetet på en diagnos är att resultatet kan uppfattas som en smal avgränsning. Slutsatserna kan även tolkas vara fördelaktiga för alla individer med diagnosen, samt endast för personer med diagnosen. En fördel med att inrikta examensarbetet på en diagnos var att litteraturgenomgången kunde fokusera på relationen till landskapsarkitekturen, istället för möjliga uttryck och kriterier för flera diagnoser.

Förutom införskaffandet av kunskap om AST identifierade litteraturgenomgången vilka områden som var relevanta för arbetets formulerade frågeställningar:

”Vad kan uppfattas svårt för personer med AST i den byggda miljön?

och

”Hur kan landskapsarkitekter bidra till att skapa tillgängliga gröna utomhusmiljöer för personer med AST?”.

Det resulterade i ytterligare fyra områden att undersöka: inkludering och delaktighet, städers förutsättningar, aspekter vid gestaltning för personer med AST och gestaltning av gröna miljöer. Med kunskapen om diagnosen kunde jag påbörja min undersökning om vad som kan uppfattas svårt för personer med AST i den byggda miljön och hur landskapsarkitekter kan bidra till att inkludera denna grupp människor. Under hela studien upplevde jag en svårighet att hitta relevant forskning inom gestaltning för personer med AST. Kunskapen som hittades handlade främst om mobilitet vilket gjorde att jag redan under genomgången av litteratur fick använda

arbetets båda teoretiska perspektiv som analysverktyg för att försöka förstå om liknande aspekter skulle fungera i gröna miljöer. En konsekvens av detta var betydelsen av skyltar och visuella stöd som litteraturgenomgången tog upp men inte bekräftades av informanterna angående gröna utomhusmiljöer. Sådär i efterhand upplever jag att kombinationen av metoderna, att jämföra forskningsresultaten med praktiskt erfarenhet, var en grundläggande faktor för studiens resultat utifrån de källor litteraturgenomgången identifierade.

SEMISTRUKTURERADE INTERVJUER

På grund av rådande situation med covid-19 skedde intervjuerna genom webbmötestjänsten zoom. En fördel med att genomföra intervjuerna på en digital webbmötestjänst var att jag enkelt kunde spela in samtalet. Dessutom genomfördes intervjuerna med en digital presentation, som även visas på inspelningen, vilket gjorde det enkelt att förstå i vilket sammanhang som kommentarerna ges. En nackdel var att möjligheten till att illustrera snabba skisser på möjliga designaspekter som togs upp uteblev. Det hade varit bra för att få en förståelse för om jag som intervjuade uppfattade uttalandet rätt. Ifall metoden skulle användas igen, skulle dessutom snabba skisser komplettera materialet som presenterades redan från början.

Informant A och D intervjuades enskilt, medan Informant B och C intervjuades tillsammans. Ursprungsplanen var att intervjua alla fyra informanter tillsammans, vilket inte gjordes eftersom vi inte kunde hitta ett gemensamt datum och tid. Förhoppningen var att det skulle kunna leda till en liten workshop där informanterna kunde spinna vidare på varandras uttalande samt att deras kompetenser och erfarenheter kunde jämföras utifrån samma exempel. Något som i efterhand visade sig vara bra. Ifall intervjuerna hade utförts fysiskt hade det möjligen varit effektivt att genomföra dem i grupp. Men i mötet med Informant B och C blev det mer ansträngande, vilket kan ha lett till sämre följdfrågor från mig som höll i intervjuerna.

Informanternas kompetenser och erfarenheter anser jag tillförde nya perspektiv som var ett värdefullt och nödvändigt komplement till forskningens som jag tagit del av. Deras erfarenhetskunskap bekräftade och hjälpte mig att konkretisera de teoretiska perspektiven med avseende på personer inom gruppen med AST. Antalet informanter anser jag var tillräckligt för denna studie för att komplettera forskningen som arbetet undersökt, eftersom deras erfarenhetskunskap täcker flera perspektiv. Informanterna bidrog med kunskap som de har fått genom sina utbildningar och/eller genom deras erfarenhet av att leva med en anhörig med diagnosen. En informant med kunskap inom både AST och med erfarenhet av att gestalta utemiljöer hade med fördel fått inkluderas för att ge arbetet ett ännu bredare perspektiv. Det vore spännande att se liknande studier där forskning och praktisk erfarenhet jämförs och analyseras tillsammans.

Bilaga 1 - Underlag intervjuer presenterades under intervjuerna och innehöll aspekter som uppkommit under litteraturgenomgången. Att presentera materialet var ett medvetet val för att kunna koppla kunskap mellan litteraturgenomgången och informanternas erfarenhetskunskap vilket möjliggjorde att vissa aspekter kunde utvecklas. Nackdelen var att informanterna kan ha upplevt materialet som en mall och därför inte valt att kommentera aspekter som inte nämdes i presentationen. Informanterna valde dock att lyfta utformning av lekredskap och lekmiljöer trots att det inte presenterats.

FRAMSTÄLLNING AV DESIGNASPEKTER

Framställningen av designaspekterna hjälpte mig att konkretisera och formulera arbetets slutsatser. Jag anser att valet av skissteknik lämpade sig för att förmedla kunskapen som examensarbetet tillför. Detaljrikt visuellt material och/eller bilder upplever jag ofta kan uppfattas som **en** lösning utan att vidare analys krävs. Eftersom designaspekterna ska betraktas som riktlinjer, **inte** som lösningar för alla platser och individer, ville jag att presentationen av dem skulle upplevas skissartat och inte som ett färdigt material. I efterhand anser jag att metoden hade lämpat sig att använda även till underlaget för intervjuerna. Det hade förmedlat hur kunskapen från litteraturgenomgången skulle kunna appliceras i gröna miljöer, vilket hade gjort att informanterna skulle kunna göra en konkret bedömning eller utveckla aspekten ur deras erfarenhetskunskap direkt under intervjun.

Kombinationen av arbetets metoder anser jag är ett intressant sätt att angripa ett problem. Genom att jämföra forskningsresultat inom olika fält med praktisk erfarenhet hos informanter med erfarenhet av just den här gruppen tror jag att arbetet får en högre trovärdighet. Att dessutom genom skisstekniken tratta ner det i en rad slutsatser och förmedla kunskapen tror jag ytterligare stärker arbetets resultat.

- BLANKSIDA -

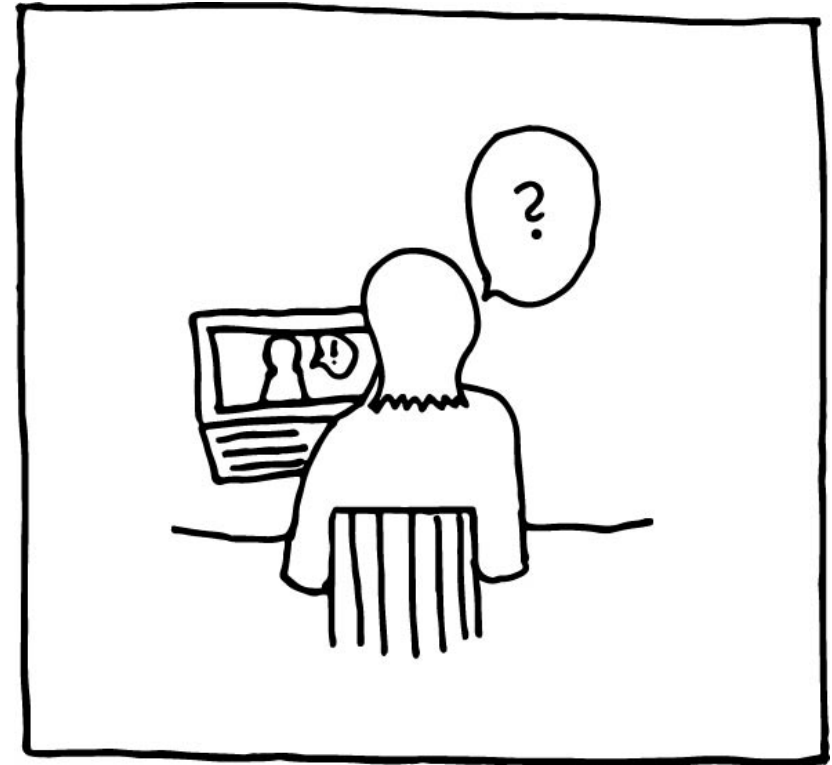
REFERENSER

- American Psychiatric Association. (2016). *Neurodevelopmental disorders: DSM-5 selections*. Arlington, VA: American Psychiatric Association Publishing.
- Atladdottir, H.O., Gyllenberg, D., Langridge, A. et al. (2015). The increasing prevalence of reported diagnoses of childhood psychiatric disorders: a descriptive multinational comparison. *Eur Child Adolesc Psychiatry*. 24, 173–183.
<https://doi.org/10.1007/s00787-014-0553-8>
- Barakat, H.A.-E.-R., Bakr, A. & El-Sayad, Z. (2019). Nature as a healer for autistic children. *Alexandria Engineering Journal*. 58 (1), 353–366.
<https://doi.org/10.1016/j.aej.2018.10.014>
- Barkow, J. H., Cosmides, L., Tooby, J. (1995). Introduction: Evolutionary Psychology and Conceptual Integration. I: Barkow, J.H., Cosmides, L., Tooby, J. (red.) *The Adapted Mind: Evolutionary Psychology and the Generation of Culture*. Oxford: Oxford University Press. 3–15. ProQuest Ebook Central, <https://ebookcentral.proquest.com/lib/slib-ebooks/detail.action?docID=272791>.
- Boverket (2020). *Bostadsmarknadsenkäten 2020*. [https://www.boverket.se/sv/samhallsplanering/bostadsmarknad/bostadsmarknaden/bostadsmarknadsenkaten/\[2020-11-15\]](https://www.boverket.se/sv/samhallsplanering/bostadsmarknad/bostadsmarknaden/bostadsmarknadsenkaten/[2020-11-15])
- Boverket (2007). *Bostadsnära natur-inspiration och vägledning*. http://www.boverket.se/globalassets/publikationer/dokument/2007/bostadsnara_natur.pdf [2020-10-20]
- Boverket (2015). *Gör plats för barn och unga!*. <https://www.boverket.se/sv/om-boverket/publicerat-av-boverket/publikationer/2015/gor-plats-for-barn-och-unga1/> [2020-11-10]
- Boverket (2016). *Rätt tätt*. <https://www.boverket.se/sv/om-boverket/publicerat-av-boverket/publikationer/2016/ratt-tatt/> [2020-11-25]
- Boverket (2019). *Tillgänglighet*. <https://www.boverket.se/sv/byggande/tillganglighet--bostadsutformning/tillganglighet/> [2020-09-25]
- Braubach M., Egorov A., Mudu P., Wolf T., Ward Thompson C., Martuzzi M. (2017) Effects of Urban Green Space on Environmental Health, Equity and Resilience. In: Kabisch N., Korn H., Stadler J., Bonn A. (eds) *Nature-Based Solutions to Climate Change Adaptation in Urban Areas*. Theory and Practice of Urban Sustainability Transitions. Springer, Cham. https://doi.org/10.1007/978-3-319-56091-5_11
- Bryman, A. & Nilsson, B. (2011). *Samhällsvetenskapliga metoder*. 2. uppl. Malmö: Liber. 97-125.
- Cecchini, A., Congiu, T., Talu, V. & Tola, G. (2018). Mobility Policies and Extra-Small Projects for Improving Mobility of People with Autism Spectrum Disorder. *Sustainability (Basel, Switzerland)*. 10 (9). 3256– MDPI AG.
- de Sousa Silva, C., Viegas, I., Panagopoulos, Thomas & Bell, S. (2018). Environmental Justice in Accessibility to Green Infrastructure in Two European Cities. *Land (Basel)*. 7 (4), 134-MDPI AG.
- Dominguez-Rodrigo, M. (2014). Is the “Savanna Hypothesis” a Dead Concept for Explaining the Emergence of the Earliest Hominins?. *Current Anthropology*. 55 (1), 59-81. DOI: 10.1086/674530
- Flanders Cushing, D. (2016). Youth Master Plans as Potential Roadmaps to Creating Child- and Youth-friendly Cities. *Planning, practice & research*. 31 (2), 154–173 Routledge.
- Folkhälsomyndigheten (2020). *Samhallsplanering och hälsa*. [https://www.folkhalsomyndigheten.se/livsvillkorlevnadsvanor/miljohalsa-och-halsoskydd/samhallsplanering/\[2020-09-24\]](https://www.folkhalsomyndigheten.se/livsvillkorlevnadsvanor/miljohalsa-och-halsoskydd/samhallsplanering/[2020-09-24])

- Grahn, P. (2005). Om trädgårdsterapi och terapeutiska trädgårdar. I: Johansson, M. & Küller, M. (red.), *Svensk miljöpsykologi*. Lund: Studentlitteratur, 245–262
- Gaudion, K., Hall, A., Myerson, J. & Pellicano, L. (2015). A designer's approach: how can autistic adults with learning disabilities be involved in the design process?. *CoDesign*. 11 (1), 49–69. DOI: 10.1080/15710882.2014.997829
- Hartig, T. (2005). Teorier om restaurativa miljöer - förr, nu och i framtiden. I: Johansson, M. & Küller, M. (red.), *Svensk miljöpsykologi*. Lund: Studentlitteratur, 263–281.
- Hartig, T., Mitchell, R., de Vries, S. & Frumkin, H. (2014). Nature and health. *Annual Review of Public Health*. 35 (1), 207–228. DOI: 10.1146/annurev-publhealth-032013-182443
- Kaplan, S. (1995). The restorative benefits of nature: Toward an integrative framework. *Journal of Environmental Psychology*. 15 (3), 169–182. DOI: [https://doi.org/10.1016/0272-4944\(95\)90001-2](https://doi.org/10.1016/0272-4944(95)90001-2)
- Kinnaer, M., Baumers, S. & Heylighen, A. (2016). Autism-friendly architecture from the outside in and the inside out: an explorative study based on autobiographies of autistic people. *Journal of housing and the built environment*. 31 (2), 179–195 Dordrecht: Springer. <https://doi.org/10.1007/s10901-015-9451-8>
- Küller, R. (1995). Färgens inverkan på människan. I: Olofsdotter, B. (red.), *Upplevelse av färg och färgsatt miljö*. Stockholm: Statens råd för byggnadsforskning, 9–29.
- Living cities (2019). *PARKLIV! Ett projekt för jämlik användning av urbana grönområden*. <https://www.livingcities.se/parkliv.html#> [2021-01-17]
- Länsstyrelsen Stockholm (2020). *Sammanställning av statliga och mellankommunala intressen av betydelse för kommunernas planering*. Stockholm: Länsstyrelsen. <https://www.lansstyrelsen.se/download/18.4a4eb7416faedec1251d5df/1580913086402/Statliga%20och%20mellankommunala%20intressen%20av%20betydelse%20f%C3%B6r%20kommunernas%20planering.pdf> [2021-01-07]
- Malmö stad (2020a). *Kungsparken*. Malmö: Malmö stad. <https://malmo.se/Uppleva-och-gora/Natur-och-parker/Parker-i-Malmo/Kungsparken.html> [2020-12-07]
- Malmö stad (2020b). *Slottsparken*. Malmö: Malmö stad. <https://malmo.se/Uppleva-och-gora/Natur-och-parker/Parker-i-Malmo/Slottsparken.html> [2020-12-07]
- Mayes, S.D. (2018). Brief Report: Checklist for Autism Spectrum Disorder: Most Discriminating Items for Diagnosing Autism. *J Autism Dev Disord*. 48, 935–939. <https://doi.org/10.1007/s10803-017-3401-0>
- McDougle, C.J. & Accordino, R.E. (2016). *Autism spectrum disorder*. First edition. Oxford, England; Oxford University Press.
- Odum, C. (2015). Residents' satisfaction with integration of the natural environment in public housing design. *International Journal of Housing Markets and Analysis*. 8 (1), 73–96. DOI: 10.1108/IJHMA-03-20140005
- Orians, G.H. & Heerwagen, J.H. (1995). Evolved Responses to Landscapes. I: Barkow, J.H., Cosmides, L., Tooby, J. (red.) *The Adapted Mind: Evolutionary Psychology and the Generation of Culture*. Oxford: Oxford University Press. 555–579. ProQuest Ebook Central, <https://ebookcentral.proquest.com/lib/slub-ebooks/detail.action?docID=272791>.
- Regeringskansliet (2017). *Hållbara städer och samhällen*. <https://www.regeringen.se/regeringens-politik/globala-malen-och-agenda-2030/hallbara-stader-och-samhallen/> [2020-09-24]

- Scerri, E.M.L. (2017). The North African Middle Stone Age and its place in recent human evolution. *Evolutionary anthropology*. 26 (3), 119–135 United States: Wiley Subscription Services, Inc. DOI: 10.1002/evan.21527
- SFS 2010:900. *Plan- och bygglagen*. Stockholm: Finansdepartementet
- Shanahan, D.F., Fuller, R.A., Bush, R., Lin, B.B. & Gaston, K.J. (2015). The Health Benefits of Urban Nature. How Much Do We Need? *BioScience*. 65 (5), 476–485. DOI: 10.1093/biosci/biv032
- Socialdepartementet (2008). *FN:s konvention om rättigheter för personer med funktionsnedsättning*. (Ds 2008:23). Stockholm: Regeringskansliet <https://www.regeringen.se/contentassets/0b52fa83450445aebbf88827ec3eecb8/fns-konvention-om-rattigheter-for-personer-med-funktionsnedsattning-ds-200823> [2020-09-16]
- Socialstyrelsen (2017). Kraftig ökning av psykisk ohälsa bland barn och unga vuxna. Tillgänglig: <https://www.socialstyrelsen.se/nyheter/2017/kraftigokningavpsykiskohalsahosbarnochungavuxna> [2020-09-16]
- Socialdepartementet (2019). Svar på frågor från FN-kommittén om rättigheter för personer med funktionsnedsättning. Stockholm: Regeringskansliet https://www.regeringen.se/4ada4e/globalassets/regeringen/dokument/socialdepartementet/funktionshinder/sveriges-sammanslagda-andra-och-tredje-rapport-till-fns-kommitte-for-konventionen-om-rattigheter-for-personer-med-funktionsnedsattning.pdf?fbclid=IwAR3OtM9uMePaw6_tjLkpFaf78Agcw9yMH7GMy8Zk7PeH6mE-xFKunbNiTxQ [2020-09-16]
- Svensk byggnorm (1967) *Statens planverk publ. 1 – föreskrifter, råd och anvisningar till byggnadsstadgan*. BABS 1967. <https://www.boverket.se/contentassets/c4c3f9ae57294ae889bfaf710b08b125/sbn-1967.pdf> [2020-09-25]
- Utrikesdepartementet (2008). *Sveriges internationella överenskommelser*. ISSN 1102–3716. (SÖ 2008: 26). Stockholm: Utrikesdepartementet https://www.un.org/disabilities/documents/convention/crpd_swedish_corrected.pdf [2020-09-30]
- Wolpoff, M.H., Hawks, J. & Caspari, R. (2000). Multiregional, not multiple origins. *American journal of physical anthropology*. 112 (1), 129–136 New York: John Wiley & Sons, Inc.

- BLANKSIDA -

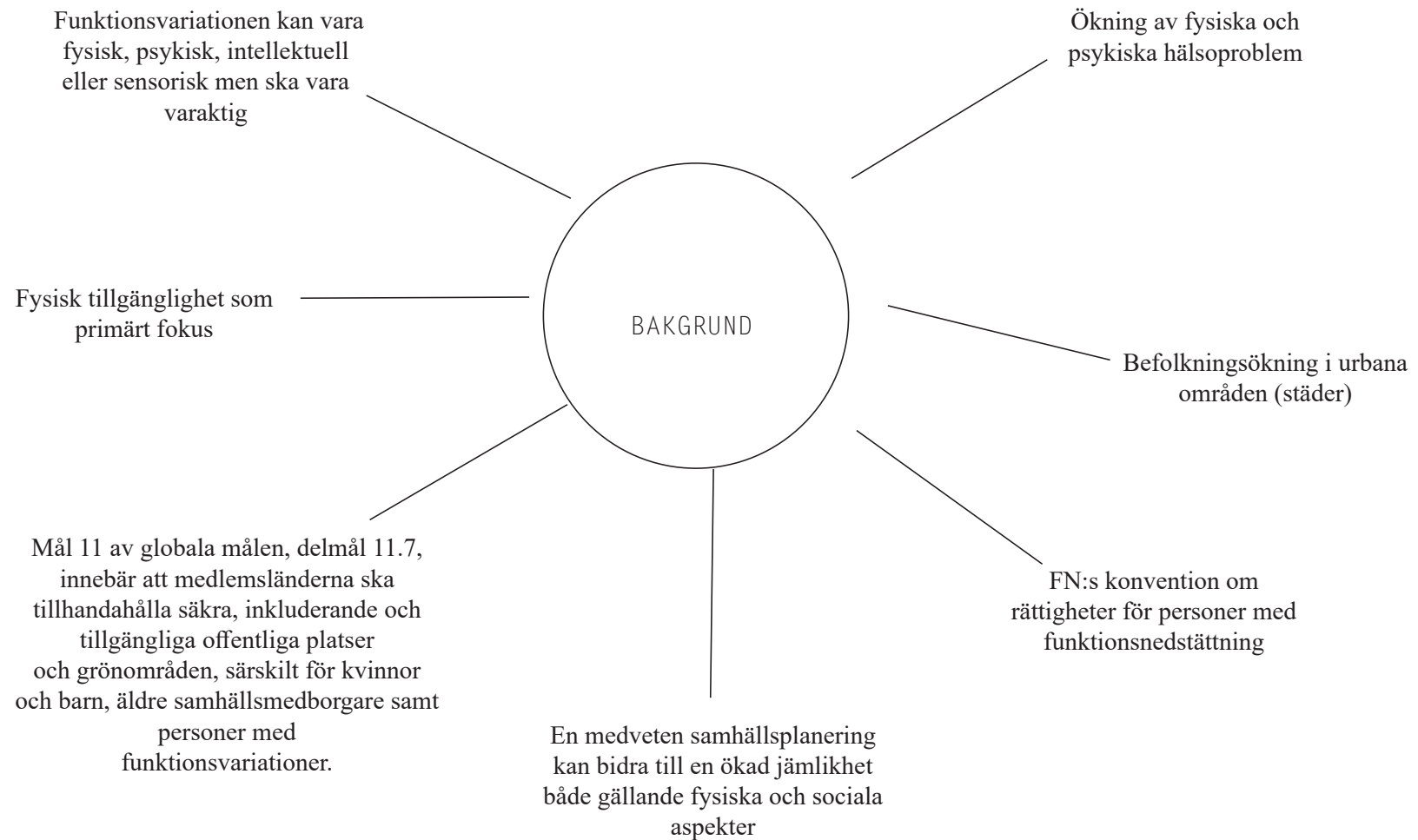


BILAGA 1

UNDERLAG INTERVJUER

GRÖNMILJÖER

-FÖR PERSONER MED AUTISMSPEKTRUMTILLSTÅND



TEORIER

- OM MÄNNISKANS SINNE

EVOLUTIONSPSYKOLOGI

Forskare menar att dagens människas behov är detsamma som våra förfäders.

- Utgår från att sinnet som formades för att hantera dåtidens miljöer och förhållanden fortfarande finns hos dagens människa

- Miljöer som efterliknar savannen bör möta människans behov och förväntningar, eftersom savannen tillhandahöll vad vi behövde

- Uppfattas lättare att förstå, vilket i förlängningen ger en trygghet hos människan

- Savannmiljön erbjöd människan att relativt enkelt få tillgång till näringsrik mat, träd som skydd både från sol men också för att klättra upp i för att undvika rovdjur, god översikt över landskapet med lågt växande gräs och långa siktlinjer, samt en topografisk variation som gav goda förutsättningar för orientering i landskapet

MILJÖPSYKOLOGI

Karaktärer som gynnar den mentala hälsan och bidrar till mental återhämtning

- Miljöer som erbjuder långa siktlinjer, fokuspunkter i landskapet, en varierad rumsfördelning mellan öppna och halvöppna rum

- Störande moment i vardagen kopplas bort, exempelvis buller

- Miljön ska upplevas sammanhängande samt tillräckligt stor så att besökaren får positiva både visuella och fysiska intryck

- Miljö bör erbjuda vad besökaren förväntar

- Ofrivillig uppmärksamhet, av djurs närvaro, vind i trädkronor eller det visuella i en solnedgång

- Växter ser ut att vara självplanterade, dvs inte ordnade

AUTISMSPEKTRUMTILLSTÅND

-DIAGNOSTISERING OCH UTTRYCK

Autismspektrumtillstånd är idag ett samlingsbegrepp för fyra tidigare skilda diagnoser, vilket bidrar till variationer i uttryck.

Skillnader i uttryck kan även bero på ålder, kön, intellektuell och språklig nivå eller om individen även har andra typer av funktionsnedsättningar.

A) Befintliga problem i flera sammanhang med social kommunikation och socialt samspel, för närvarande eller tidigare i livet

1. Individen kan ha svårt att initiera sociala möten, exempelvis konversera med en annan individ om intressen eller känslor.

2. Individen kan ha svårigheter med ögonkontakt eller förstå användningen av gester. En brist av kommunikation, ansiktsuttryck eller avvikande kroppsspråk kan även förekomma.

3. Individen kan att anpassa sitt beteende till olika sociala sammanhang och ha svårt att förstå fiktiva spel. Problem med upprätthållande och förståelse av relationer och att få vänner.

B) Begränsade repetitiva beteende, intressen och aktiviteter, där problemen måste vara beständiga. Minst två av följande måste individen visa uttryck för närvarande eller tidigare i livet.

1. Enformiga eller upprepade motoriska rörelser, tal eller användning av föremål. Exempelvis kan en individ ställa upp objekt i rader eller motoriskt vända föremål. En individ kan även upprepa eller härma fraser från sin omgivning.

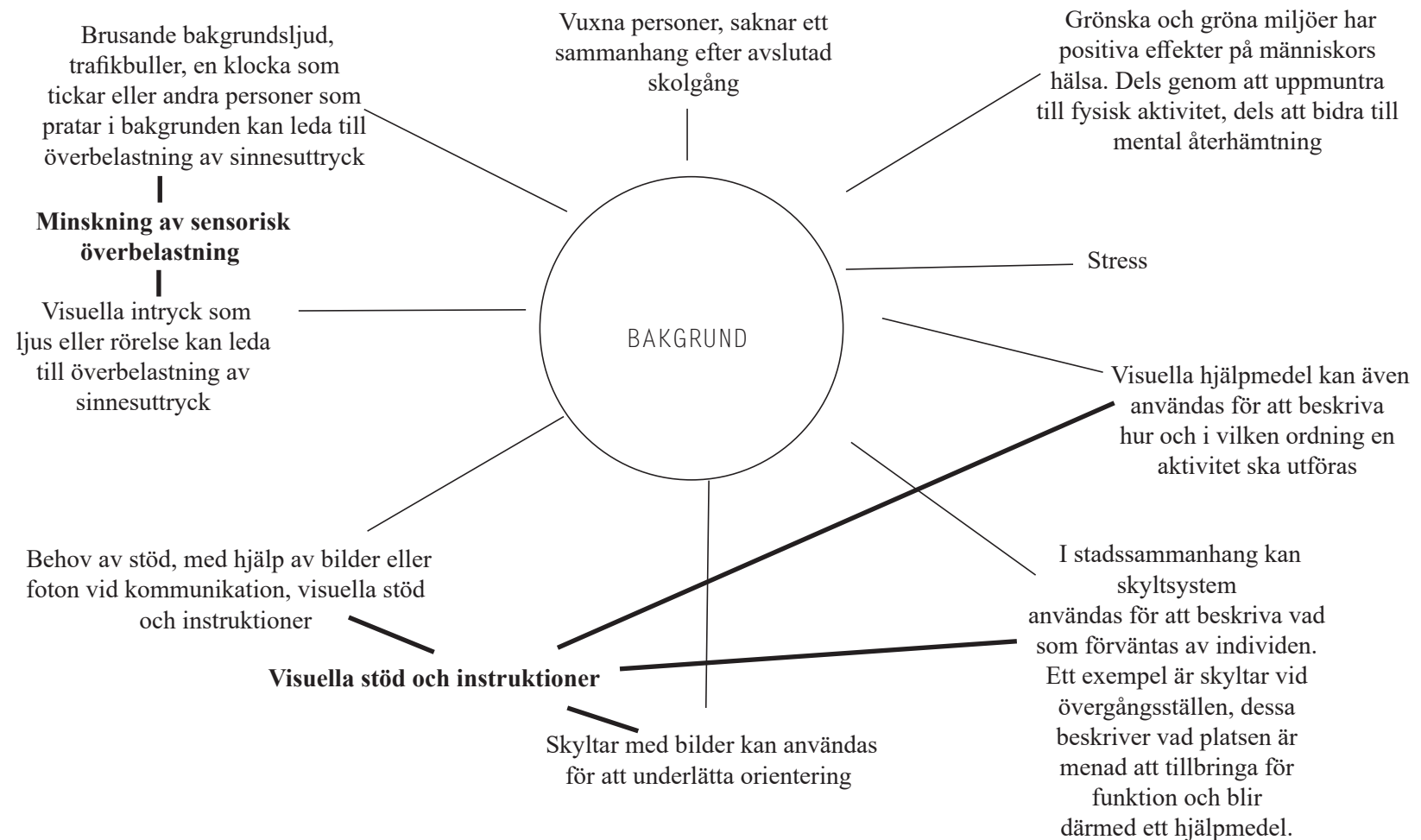
2. Svårigheter för förändringar och/ eller övergångar. Ha ett behov av rutiner, exempelvis att äta samma mat varje dag eller promenera samma slinga.

3. Begränsade intressen.

4. Över- eller underkänslig för en viss eller vissa typer av sinnesstimuli. Kan vara allt från att individen reagerar starkt mot vissa specifika ljud eller texturer eller visuellt fascinerar av ljus eller rörelse.

FYSISKA MILJÖN

-FÖR PERSONER MED AUTISMSPEKTRUMTILLSTÅND



SENSORISK ÖVERKÄNSLIGHET

- HUR EN UTOMHUSMILJÖ KAN LUGNA

- Repetitiva element

- Använda sig av förutsatt kontinuitet i exempelvis växtbäddar (planeringar)

- Skapa "savann"-lika grönytor med träd och buskar i dungor

- Potionera ytan med hälften planterad yta och hälften öppna ytor

- Skapa mindre rum-i-rum

- Använd färgfrekvenser som sker naturligt

- Låt promenadstråken ske med flytande linjer

- Använd växter som har en mjuk textur

- Använd palettfärger i planteringar, inga starka färger

- Vattenelement som "flyter" fram

- Tydliga entréer

- Logiska gångvägar

- En variation i rum, så en kan vara tillsammans med andra eller vara själv

- Avgränsningar mellan rummen för att dämpa sinnesuttryck från andra

- Miljöer som är fria från oförutsägbara störningar

- Stor plats, göra det möjligt att kunna gå iväg

- Använd växter som fjärilar och bin tycker om

- Bekväma sittmöbler

- Fin struktur på markbeläggningen, ex stenmjöl (grus)

- Avlägsna trafikbuller

VAD TYCKER DU?

-VAD ÄR VIKTIGT ATT TÄNKA PÅ VID GESTALTNING AV VÅRA GEMENSAMMA UTRYMMEN FÖR INKLUDERING AV PERSONER MED AUTISMSPEKTRUMTILLSTÅND?

DINA ERFARENHETER?

HOT?

MÖJLIGHETER?

PARKER?

TILLGÄNGLIGHET?

SVAGHETER?

STYRKOR?

FÖR ALLA?

SINNESSTIMULI?

STRESSFAKTORER?

ÖVRIGA FUNDERINGAR, KOMMENTARER PÅ
MATERIALET - LÅT HÖRA!

&

STORT TACK FÖR MEDVERKAN!

- BLANKSIDA -